

# 新型コロナウイルス感染症

～うつらない・うつさないように、みんなで気をつけること～

## ● どのように感染するの？

(1) ウイルスをすいこんで



(2) ウイルスがついた手で口などをさわって



## ● うつらない・うつさないようにするために

(1) おうちに帰った時や料理をする前、食事の前など、こまめに正しく手を洗いましょう。

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

(2) うつりやすい場所や場面【3密】を避けましょう。



風通しの悪い場所  
【密閉空間】



たくさんの人が集まる場所  
【密集場所】



近くでおしゃべり  
【密接場面】

