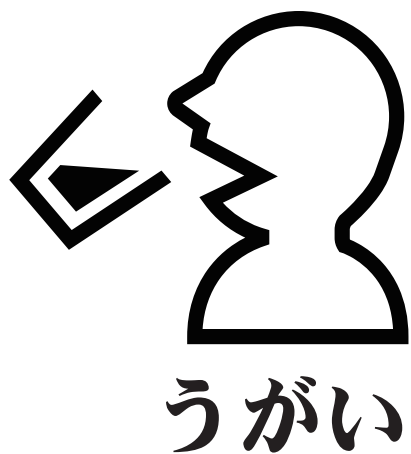


# 新型コロナウイルス感染予防法について

自分の命を自分で守るために行うことは



メディスンヒル広見の郷

医療チーム



# あついシャワー

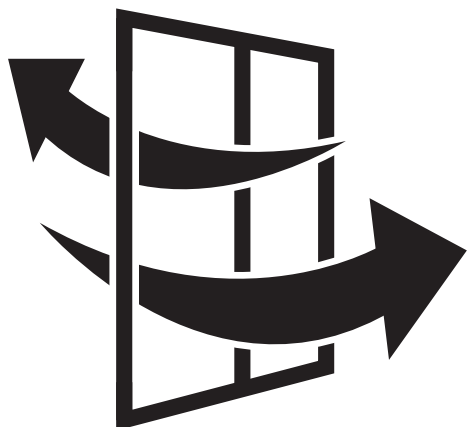
お風呂の最後は体温より  
熱めのシャワーで流そう

か



かおを触らない

外出時の手で口元や顔を  
触らないようにしましょう



いれかえよう

部屋の空気を入れ替えよう  
換気扇も効果があります



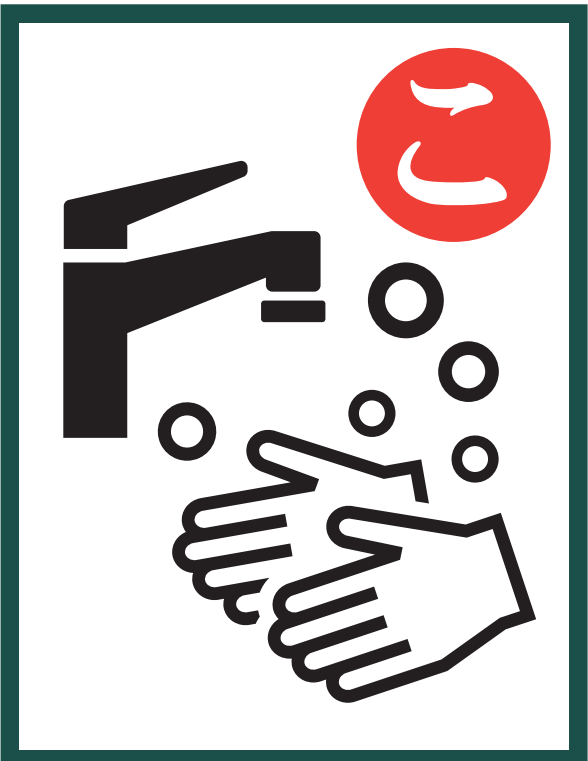
1.4M以上



はなれて会話

人と話す時は1.4m以上の

距離感を保とう



# こまめに手洗い

1日8回を目標に、食前や  
入浴時以外にも手洗いを。

# 新型コロナウイルス感染予防は と

うがい

**あ** 熱いシャワー

お風呂の最後は体温より熱めのシャワーで流そう。

**か** 顔を触らない

外出時の手で口元や顔を触らないようにしよう。

**い** いれかえよう

部屋の空気を入れ替えよう。  
換気扇も効果があります

**は** はなれて会話

人と話す時は 1.4m 以上の距離感を保とう。

**こ** こまめに手洗い

1日8回を目標に、食前や入浴時以外にも手洗いを。

発熱や呼吸異常の場合は  
最寄りの保健所に連絡し  
指示を仰いでください。