

ひろげるな

インフルエンザ



ひろげよう

咳エチケット

マスクをせずに咳やくしゃみをする時、ウイルスが2mから3m飛ぶと言われています。そこで必要なことが「咳エチケット」

### 「咳エチケット」とは？

- 咳やくしゃみなどの呼吸器症状がある人は、必ずマスクを着用しましょう。
- マスクがない場合は、ハンカチやティッシュで口や鼻を押さえ、ウイルスの飛散を防ぎましょう。
- 使用後のティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。
- 咳やくしゃみをした後は、石けんを使用して、よく手を洗いましょう。

- \*咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう
- \*マスクは正しく着脱しましょう