

感染症対策へのご協力をおねがいします

# ！手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

**外出先からの帰宅時**や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

## 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



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。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。

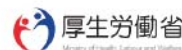


親指と手のひらをねじり洗います。



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。



厚労省

検索



## 編集後記

新型コロナウイルス感染症について、全てが新しい対応で、昨年の令和元年東日本台風の時と同様、何か夢の中にいるようなそんな感じがします。特に医療・福祉関係の方々におかれましては、大変な思いで仕事をされていることと思います。敬意を表します。緊急事態宣言により、今年のゴールデンウィークは子どもたちと過ごす機会に恵まれました。長女は、連日の練習の末、ヨロヨロしながらも一人で自転車に乗れるようになりました。家で過ごすからこそわかる喜びや楽しみというものがあることを学んだように思います。久保田