

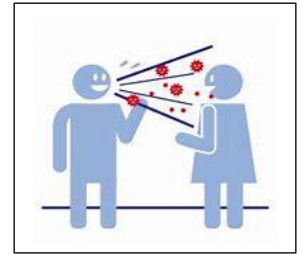
7つの おねがい

1. どうして ウイルスがうつりますか？

(1) ウイルスが とびます。:飛沫感染(ひまつかんせん)

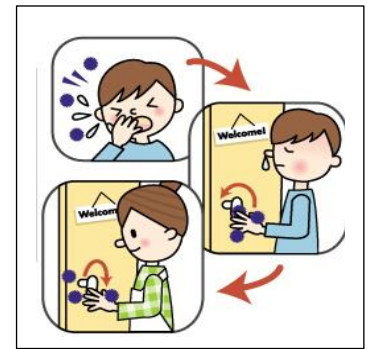
- せきや くしゃみ をします。
- ちかくで いっしょに うんどうします。
- いっしょに しょくじします。

【あぶないです】1mのきよりで 15 ふんかん はなします。



(2) ウイルスが つきます。:接触感染(せつしょくかんせん)

- ウイルスが ついている ものをさわります。
(たとえば、ドアなど たくさんの ひとが つかったもの。)
そのあと てを あらいません。
じぶんの はなやくちを さわります。

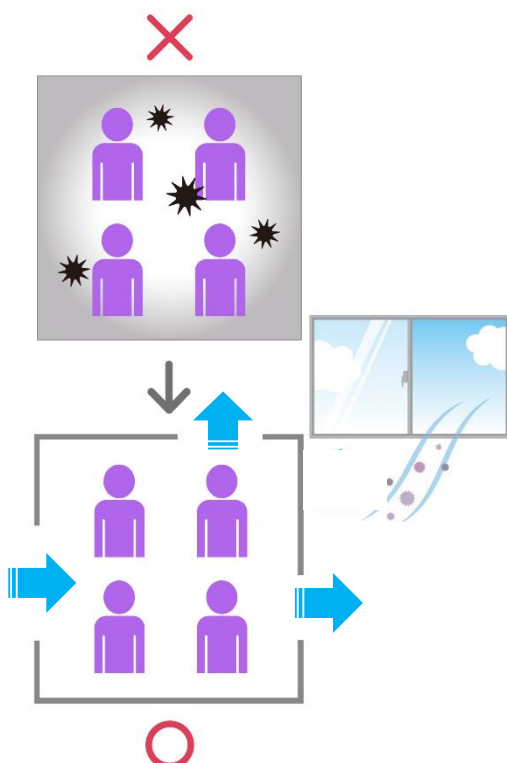


2. あたらしいコロナウイルスの びょうきの よぼう

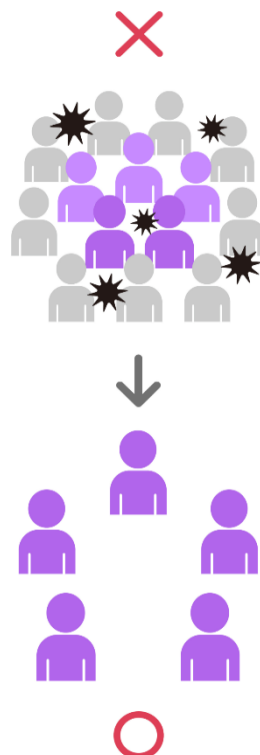
— みなさんに 7つの おねがいが あります —

(1) ウイルスが とびますから、

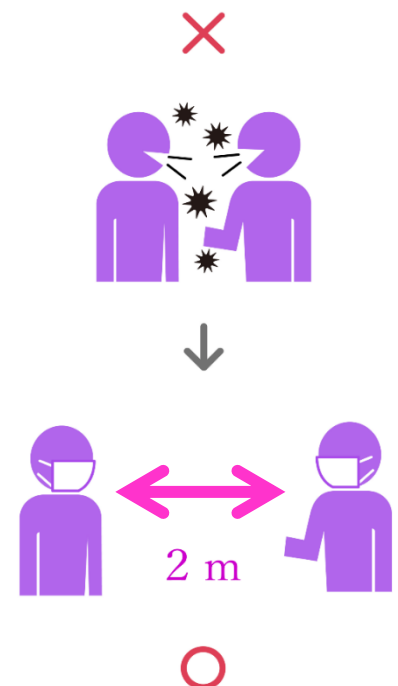
① まどを あけて
ください。



② あつまっては
いけません。



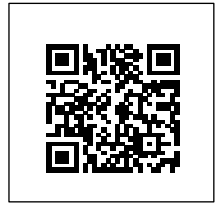
③ はなしをするときは
ひとと 2m より
とおくへ はなれて
ください。



④ しごとや ひとにあうときは、マスクをしましょう。

☆ かんたんな マスクの つくりかた ☆

https://www.youtube.com/watch?v=PGug3ZZPp_k (HTBテレビより)



*いえに ある ハンカチ などをつかいます。
みみに かける ひもは、ゴムでなくても だいじょうぶです。

*つかったら、ひもをはずして せんたくします。
ひもも あらいましょう。
せんたくを すると ウイルスは いなくなります。

⑤ せきや くしゃみが するとき

- ・ ハンカチやティッシュを つかいます。
- ・ なにもありません。⇒ようふくで くちや はなを おおいます。
- ・ そして、ほかのひとが いないほうを むきます。

せきエチケット



マスクをする



ハンカチなどで
くちや はなを おおう



ようふく
洋服で くちや
はなを おおう

(2)ウイルスが ついていますから、

⑥いえにかえったら、よくてをあらいましょう

- ・ しょくじをするまえやトイレのあと てを あらいます。
- ・ でんしゃ や バスに のったあとも てを あらいましょう。
- ・ せっけんや ハンドソープで あらいましょう。



★みずが ありません。⇒アルコールなどの しょうどくえきを つかいます。



⑦ うがいを しましょう。

しょくじをするまえ、 いえにかえったあと、
たくさんひとが いるところに いたとき、
みずや うがいのくすりで うがいを しましょう。

