

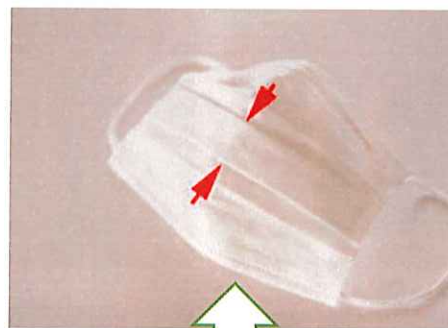
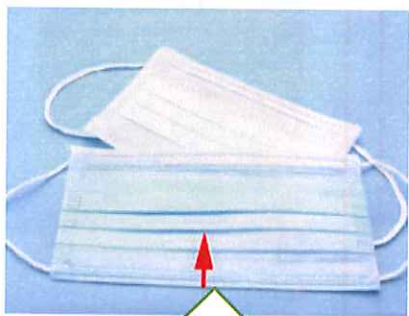


# 新型コロナウイルスがすぐそこまで迫ってきています！！

新型コロナウイルス感染症はまだまだ収まる気配はなく、山形県内でも感染者について毎日報告されています。病院や施設、飲食店などのクラスターが発生しいつ感染するか分からない状況になってきました。「家族や周りの方に移さない」ように感染対策の徹底と体調確認をよろしくお願い致します。不要不急の外出の自粛、「3つの密」の回避、こまめな換気など一人ひとり取り組める対策はありますが、今回は「感染対策」として、マスクの付け方・外し方、手洗いについて再確認していきましょう。



<マスクをつける前に表か裏か確認しましょう>



折り返し部分が一方の場合、折り返しが下向きになる方が表！

折り返し部分が上下にあり広がり、広げると表裏で凸凹になる場合、凸側が表！

引用；「アスクール」ホームページ

## 正しいマスクの着け方

！手をきれいにしてから !マスクの内側は触らないように！

1 マスクを顔に当て、鼻・頬のカーブに合わせてワイヤがある場合は折り曲げる

2 鼻からあごの下まで、マスクをしっかりと伸ばす

3 隙間がないように顔とマスクをぴったり付ける



マスクを外す際は、マスクの表面に触れないように、ゴム紐を持ちはずし、そのあとは手洗いをしましょう！！

引用；静岡新聞アットエス

厚生労働省の資料などをもとに作成

<手洗いについても確認してみましょう>

- 爪は洗にくいいため要注意です（爪を切るのも大事です）。
- 指先と指の間
- 手のひらのくぼみの部分
- 手首

※普段意識しないと気を付けない部分でもあるので、よく気を付けて洗っていきましょう。

手洗いで洗い残しやすい部分



手洗いは正しくできていますか？  
もう一度確認してみましょう！！

## 正しい手の洗い方 ※厚生労働省資料より



①手をぬらしせっけんで手のひらを洗う



②手の甲をのぼすようにこする



③指先・爪の間を念入りにこする



④指の間を洗う



⑤親指と手のひらをねじり洗いする



⑥手首も忘れずに洗う

