

ほけんだより 3月

令和2年3月2日
富山県立
富山視覚総合支援学校

国内でも、新型コロナウイルス感染症の発生報告が相次いでいます。県内では、2月26日現在、まだ感染が報告されていない状況ですが、感染防止のため、健康管理に努めてください。

現在のところ、ウイルスの感染症対策としては、通常の風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に、咳エチケットや手洗いなどの実施がとても重要とされています。外出先から戻った際には、必ず手洗いをするなど、ご家庭でも感染症対策に努めていただくようお願いします。



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」!

ウイルスは
こんなところに…

ドアノブ

電気のスイッチ

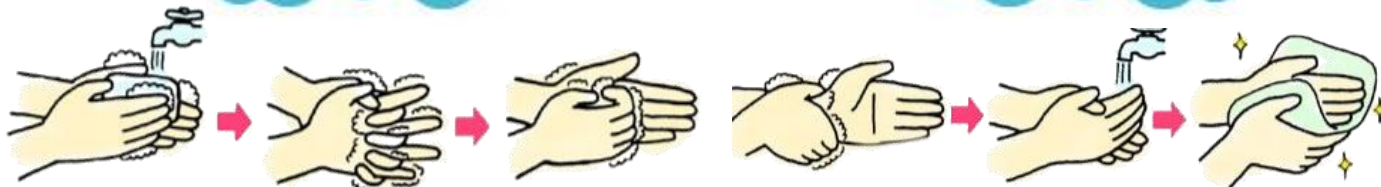
階段の手すり

スマホの画面

パソコンのキーボード

など

正しい手の洗い方



手をぬらして
石けんを泡立
てる

手を組むように
指の間もていね
いに

手のひらを
ひっかくよ
うに

手首は握るよ
うに回しなが
ら

水でよく洗
い流す

きれいなハ
ンカチでふ
きとる

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など
人が集まる場所でやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

「咳エチケット」とは、風邪などで咳やくしゃみが出るときに、周りの人に感染させないためのエチケットのことです。咳やくしゃみによって出されるしぶきの飛距離は、約1~2mとされています。咳などの症状がある人は、特に周りの人にうつさないために、3つの咳エチケットを徹底しましょう。