

南部株式会社 感染症対策

インフルエンザ・新型コロナウイルス編

※必ず保管し毎年見返すこと

※家族知人とも共有すること

氏名：

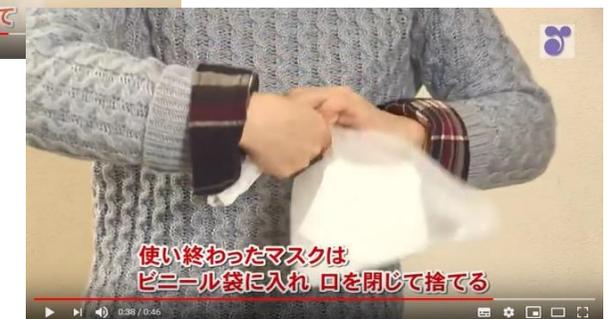
1. 正しい手洗い

内閣府承認『出典：政府インターネットテレビ』



2. マスクの正しい付け方

内閣府承認『出典：政府インターネットテレビ』



3. 正しいうがい

①



①しっかり手洗い

ウイルスや菌を洗い流しましょう

②



②ブクブクうがい

食べかすや口内の有機物を取るため、
比較的強くうがいする

③④



③ガラガラうがい

上を向いて、のどの奥までうがい液が
届くように15秒程度うがいする

④ガラガラうがい

もう一度ガラガラうがいを
15秒程度する