

新型コロナウイルスを 予防しましょう！

3つの予防習慣が大切です。

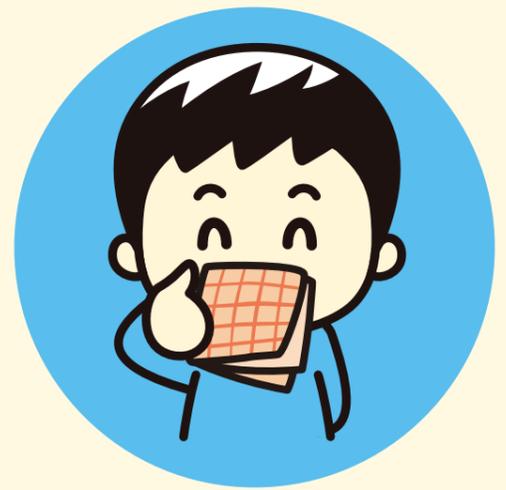
新型コロナウイルスを含む感染対策の基本は
「手洗い」「うがい」「咳エチケット」です



手洗い



うがい



咳エチケット

正しい手の洗い方



01 手指を流水でぬらす



02 石鹸液を適量とりだす



03 手のひらでよく泡立てる



04 両手の指の間を洗う



05 手の甲を洗う（両方）



06 指先を洗う（両方）



07 親指を洗う（両方）



08 手首を洗う（両方）



09 流水でよくそそぐ



10 ペーパータオルで拭く

新型コロナウイルスは過剰に心配することなく、
手洗い・うがいを徹底するなど、通常の感染対策に努めましょう



一般
社団法人 **長野県薬剤師会**