



緊急事態宣言 が延長されました

引き続き不要不急の外出を 控えましょう

家庭内にウイルスを

もちこまない ひろげない

家庭内感染を防ぐポイント

1 手洗い

外出後・食事前の徹底
手が洗えない場合は
アルコール消毒
も有効です



2 マスク

発熱時や咳がある人は
家でも
着用



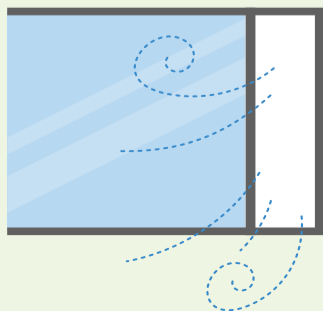
3 清掃・消毒

日常生活で手の触れる場所
は拭き上げ清掃・消毒



4 換気 ~冬の換気3つのポイント~

こまめな換気や窓を
少しだけ開けた**常時換気**を



暖房器具を使用しながら
(部屋を暖めて冬でも
室温18度以上を保ちましょう)



ほどよい**加湿**も行いながら

