

# コロナウイルス、かぜ、インフルエンザ、その他の 病気の感染予防のために

## ポイント 1

石けんを使い、水で20秒以上手を洗いましょう。または、アルコールを含むハンドサニタイザーで手を清潔に保ちましょう。

## ポイント 2

手を洗うまでは顔を触らないようにしましょう。

## ポイント 3

咳やくしゃみの際はティッシュで口と鼻を覆い、ティッシュはすぐに捨てましょう。ティッシュが無い場合はひじで覆いましょう。

## ポイント 4

インフルエンザにかかるために予防接種をしましょう。

## ポイント 5

携帯電話など頻繁に触れるものは、消毒を行いましょう。