

# ひとりひとりの心がけで、 新型コロナウイルスの 感染拡大を防ぎましょう！



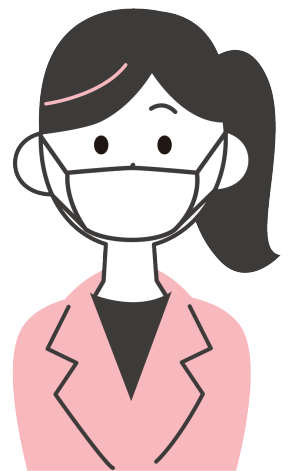
## 1. 正しい手洗い

外出先から帰宅した際、調理の前後、トイレの後など、  
こまめに手洗いを行いましょう。  
流水でよく流した後、泡立てた石鹸でまんべんなく洗い、  
清潔なハンカチ・タオル・ペーパータオルで拭きましょう。



## 2. マスクの着用

咳・くしゃみの症状がでている場合は、マスクを着用しましょう。  
マスクがない場合は咳エチケットを実践しましょう。



## 3. 体調不良時には速やかに報告

発熱や咳・くしゃみなどの呼吸器症状がある場合は、  
上司への報告を行い、医療機関を受診しましょう。  
必要な場合は、各自治体へ相談しましょう。

