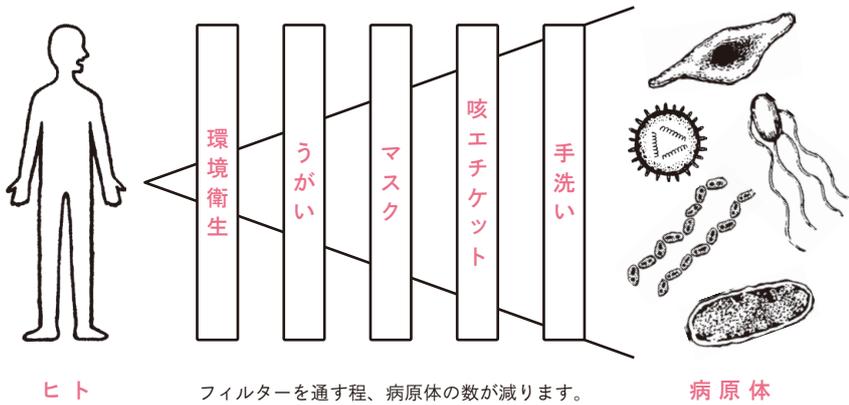


1 感染症 予防フィルター

多数のフィルターを通すことで、自分に届く病原体を最小限にとどめることができます。下記の予防法を実践し、感染症予防につとめましょう。



2 家庭でできる 感染症予防 チェックリスト

- 外出時はマスクを正しく着用
- できるだけ人ごみをさける
- 外出後や食事前の正しい手洗い
- こまめな換気を心がける
- 室内の湿度は50〜60%に保つ
- ドアノブや手すりなどをきれいに
- 手ふきやタオルの共有はやめる
- 予防ワクチンを接種する
- 食事、睡眠など規則正しい生活を
- 「咳・くしゃみエチケット」の徹底
- 家庭での看護時に注意すること
- 看護時はマスクを正しく着用
- 看護後は正しい手洗いを行う
- 嘔吐物などは正しく処理する

3 正しい手の洗い方

Lessonへご意見・ご感想を送っていただいた方には抽選でオリジナル手洗いうた「おててテトテ」DVDをプレゼント！詳しくは15ページへ。



4 咳・くしゃみエチケット

咳やくしゃみが出るときはマスクをつけましょう

