

いまやろう！



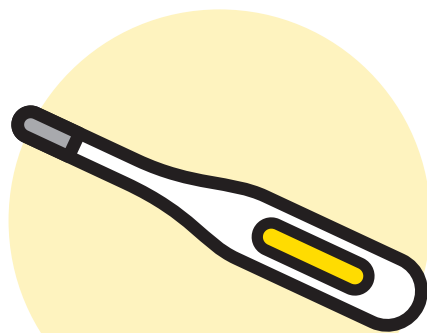
かん せん しょう たい さく
感染症 対策をしよう



て あら
手洗いをする・
しゅ し しょうどく
手指を消毒する



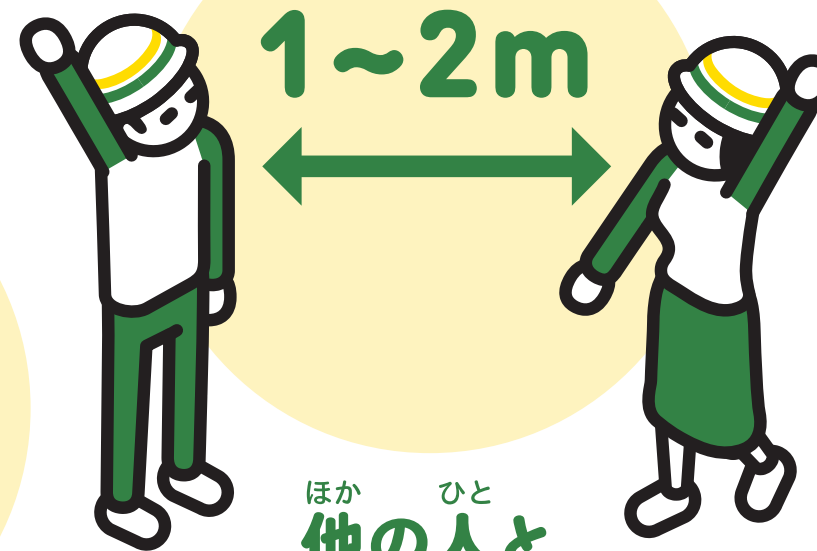
くう き い
空気を入れかえる



たい おん
体温をはかる



かい わ
会話をするときは、
マスクをつける



1~2m

ほか ひと
他の人と
きょり
距離をとる

じ ぶん か ぞく まも
自分・家族を守る

かんせんしょう たいさく
感染症 対策をしよう

かんせんしょう びょうげんたい びょうき お ちい せいぶつ からだ はい びょうき たいさく
感染症は病原体（病気を起こす小さい生物）が体に入っかかると病気です。しっかり対策をしよう。

- て あら しゅ し しょうどく
手洗いや手指消毒をしよう。

て あら そと かえ とき せき とき はん た まえ あと びょうにん せ わ とき そと なに
手洗いは「外から帰った時」、「咳やくしゃみをした時」、「ご飯を食べる前と後」、「病人の世話をした時」、「外で何かのものに
さわった時」など、1日に何回もしなければなりません。手洗いが難しかったら、手指消毒をしよう。

- へ や くうき い
部屋の空気を入れかえよう。

じ かん かい とお はな ところ まど ふんかん ぜんぶ あ かぜ なが
1時間に2回、遠く離れた所にある窓やドアを5分間ぐらい全部開けて、風が流れるようにしよう。

- あさ よる かい たいおん
朝と夜の2回、体温をはかりよう。

ど い じょう ねつ つづ す ちいき そうだんまどぐち でんわ そうだん
37.5℃以上の熱が続いたら、住んでいる地域の相談窓口に電話して、相談してください。

- ほか ひと メートル い じょう きより
他の人と2 m 以上 距離をとりよう。

- かいわ
会話をするときにはマスクをつけて、鼻と口をしっかりカバーしよう。

【いまやろう！】

1. ただ て あら
正しく手洗いをしてみよう。
2. いま たいおん
今の体温をはかってみよう。
3. ただ
正しくマスクをつけてみよう。