

季節性インフルエンザ・新型コロナウイルスの拡大防止のために

冬の感染予防対策 3つのポイント！

換気

寒くなると窓を閉切りがちです。定期的に換気しましょう

⇒室温が下がらない範囲で、窓などを少し開ける

加湿

空気を乾燥させないように、適切に加湿しましょう。

湿度 40%以上が目安 ⇒加湿器の使用、洗濯物の室内干し

手洗い

丁寧に洗うことや消毒に心掛け、手を清潔に保ちましょう。

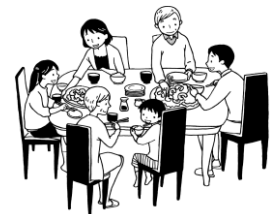


人が集まる場面では、つい感染対策がゆるみがちなので特に注意をしましょう！

「大人数（5人以上）や長時間におよぶ飲食」

大人数の飲食では気分が高揚すると大声になり、飛沫が飛びやすくなる。

⇒3密（密接・密集・密閉）を避けましょう



「マスクなしでの会話」

マスクなしに近距離で会話することで飛沫感染のリスクが高まる。

⇒人との距離を保ちましょう

⇒マスクの着用を徹底しましょう

