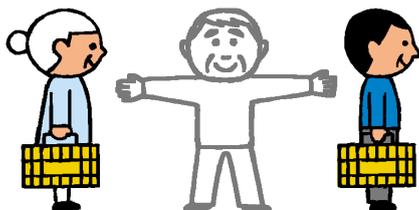


# 【感染防止の3つの基本】

## ① 2メートル離れる

飛沫感染を防ぐため人との距離をとりましょう

両腕分の距離を確保



横並びで座る



椅子はひとつ空ける



## ② マスクの着用

外出時や会話をするときは、マスクを着けましょう

鼻と口の両方を覆う



ゴムひもをかける



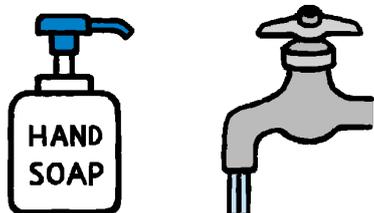
隙間がないか確認



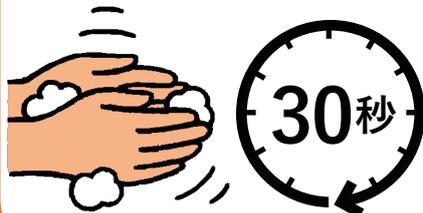
## ③ 手洗い

帰宅直後、調理や食事の前には必ず手を洗いましょう

水と石鹸を使う



30秒以上もみ洗い



すすぎは15秒以上

