

ワンポイント アドバイス!

咳エチケットを心掛けよう

厚生労働省は、他の人への感染を防ぐため、「咳エチケット」をキーワードとした普及啓発活動を行っています。今回は、マスクの着用や人混みにおいて咳をする際の注意点について、ご紹介します。 参考：厚生労働省ウェブサイト

うつらない！
うつさない！

咳エチケット

周りの人にうつさないようマスクを着用する



マスクがない時はティッシュや腕などで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけ、1m以上離れましょう

手のひらで受け止めた時はすぐに手を洗いましょう



使ったティッシュはすぐゴミ箱に！

咳エチケットを心掛けることは、周囲にウイルスをまき散らさない効果があるだけでなく、周りの人を不快にさせないためにも、大切です。



▲ 厚生労働省 啓発ポスター

