

新型  
コロナウイルス  
感染症

# みんなで CHECK! 感染防止対策!

## 換気・湿度

- ◇1時間ごとに5~10分  
または常時窓を少し開放
- ◇台所や洗面台などの  
換気扇の常時運転
- ◇加湿器を使った加湿  
(目安:湿度50~60%)

## 健康管理

- ◇風邪かなと思ったら迷  
わず受診
- ◇髪や顔を触らない
- ◇咳エチケットを心がける
- ◇出かける前に体温  
チェック

家に帰ったら…  
手洗い  
うがい  
消毒

## 食事

- ◇普段会わない人との  
会食は避ける
- ◇食器や箸、スプーン  
等の共用は避ける

手洗いのタイミング  
帰宅後・調理前・食事前  
トイレ使用后・鼻をかんだ後  
マスクをさわったとき…

不要不急の  
外出は  
控えましょう

刈谷市

