

見直そう!



医療法人社団 東山会
Touzan-kai

感染症対策

マスク着用や手洗いは、感染症対策の基本です。
正しいマスクの使い方と手洗い方法を知って、
日々の感染症対策にお役立てください。

マスク着用のポイント

鼻のラインに沿って
マスクをおり、
顔にフィット
させていますか？

マスク部分に
むやみに触れて
いませんか？

マスクのジャバラを
伸ばし、アゴまで
きちんと覆って
いますか？



マスクを外すときの手順

1. ゴムの部分を持ち、
上の方に移動させる。
2. フィルター部分の表面に
触れないよう注意して、
顔から外し、廃棄する。
3. すぐに手を洗う。

3つの正しい咳エチケット



咳・くしゃみをするとき
は、ティッシュなどで鼻
と口を覆います。



マスクをしましょう。マ
スクは鼻と口を覆うよう
につけましょう。



マスクをしていない時の
とっさの咳・くしゃみは
手ではなく、袖や上着の
内側で覆います。

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



パソコンやスマートフォン、携帯電話にも菌が付着している可能性があります。使用後、顔に手を触れないよう、気をつけましょう。また、手洗いも行ってください。

イベント延期のお知らせ

下記イベントは感染症対策のため、延期となりました。日程が決まりましたら、ホームページまたは院内のポスターでお知らせいたします。

延期 5月23日：第98回とうざん生活習慣病教室「認知症」

延期 定期開催：運動療法教室

延期 定期開催：つなぐカフェ