

# 咳やくしゃみをする時のエチケットを身につけ、インフルエンザウイルスなどをまき散らさないようにしましょう！

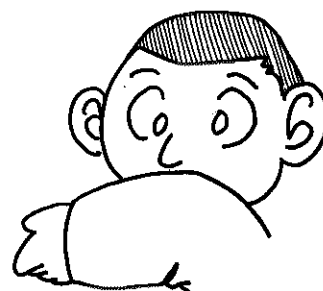
品川区



咳やくしゃみをする時は必ず「口と鼻」をティッシュペーパーやハンカチでおおきましょう。



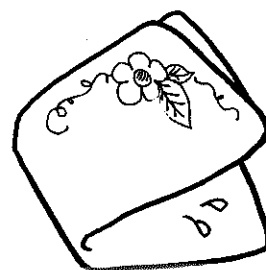
咳やくしゃみは手ではなく、上着の袖にしましょう。(手の中にすると、つり革や人に触ってうつしてしまいます)



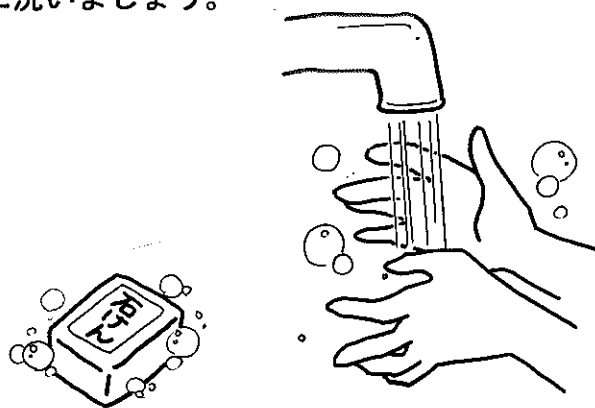
使ったティッシュペーパーは、もう1枚ティッシュで包んでからゴミ箱に捨てましょう。



使ったハンカチは内側にたたんで、飛沫に触れないようにしましょう。

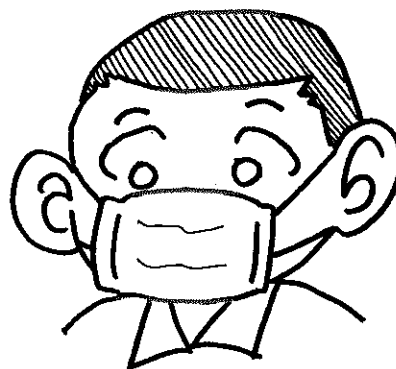


咳やくしゃみをした後は、必ず手をきれいに洗いましょう。



石鹸と流水で洗い、できればアルコールを含んだ消毒液で手をこすり合わせましょう。

周囲の人にうつさないように、ウイルス防止用マスクを着用しましょう。



マスクはあなたの喉に湿り気を保ってくれます。