

みんなの  
約束

# 一人ひとりの心がけで 感染を防ごう!!

監修：浜松医療センター院長補佐 兼 感染症内科部長 兼 衛生管理室長 矢野邦夫氏

## 塾に出かける前には……



- 体温計で体温を測り、37.5℃以上の熱があったら休みましょう。
- 新しいマスクをつけて出かけ、塾にいる間はなるべくはずさないようにしましょう。

## 塾に着いたら……



- 教室に入る前には、必ず手指をアルコール消毒しましょう。

## 手洗い・消毒をこまめにしよう!



- トイレのあとはもちろん、塾に来たとき、家に帰ったとき、食事の前後、マスクをはずしたあと、咳・くしゃみをしたあとなどには、石けんと水道水で手洗いをしましょう。アルコール消毒でもよいです。両方は必要ありません。
- 手で目・鼻・口にさわらないようにしましょう。

## マスクの取り扱いに注意しよう!

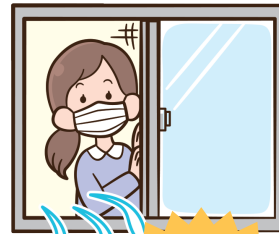
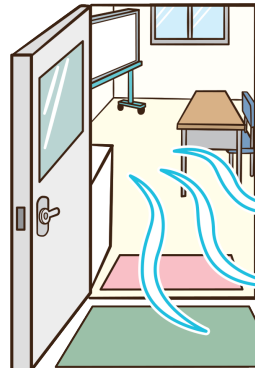


- マスクをはずすときは、ひもの部分をさわるようにして、マスクの表面にふれないようにしましょう。
- マスクをさわったら、必ず手洗いをしましょう。



※プラスチックやステンレスなどの表面をさわったときは、特に注意を!

手指で何かさわったら  
必ずアルコール消毒を!



ドアや窓を開けて  
こまめに換気しよう!