



パパといっしょに ジュージューと
 つくる楽しさ 新たな発見

2月9日 パパと一緒にクッキング(千代川公民館)

発行/下妻市長公室秘書課
 〒304-8501 茨城県下妻市本城町二丁目22番地
 ☎0296-43-2111(代) Fax0296-43-4214(代)

URL <http://www.city.shimotsuma.lg.jp/>
 E-mail info@city.shimotsuma.lg.jp
 印刷/富岡印刷所



下妻市新型コロナウイルス感染症対策本部を設置しました

日本でも感染者が増加している新型コロナウイルス感染症について、下妻市としても万全な対策を期するために、令和2年2月26日(水)に市長を本部長とする「下妻市新型コロナウイルス感染症対策本部」を設置しました。今後更なる情報収集に努め、市民の皆さまへ情報提供を図っていきます。

市民の皆さまにおかれては、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様にお一人お一人、咳エチケットや手洗いの実施がとても重要です。引き続き感染症対策に努めていただくようお願いいたします。

❗ 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い

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
 ・時計や指輪を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。
- 手の甲をのぼ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。

② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする
 咳やくしゃみを手でおさえる
 マスクを着用する(口・鼻を覆う)
 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
 袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う



厚労省 検索

