

# 家庭でできる新型コロナウイルスの感染予防

監修：中村朗先生（旭中央病院感染症科部長）



## ① 食卓・リビングなど人が集まる部屋

できるだけマスクを着用していつもより人と人の距離を開けましょう  
(※2m以上が望ましい)



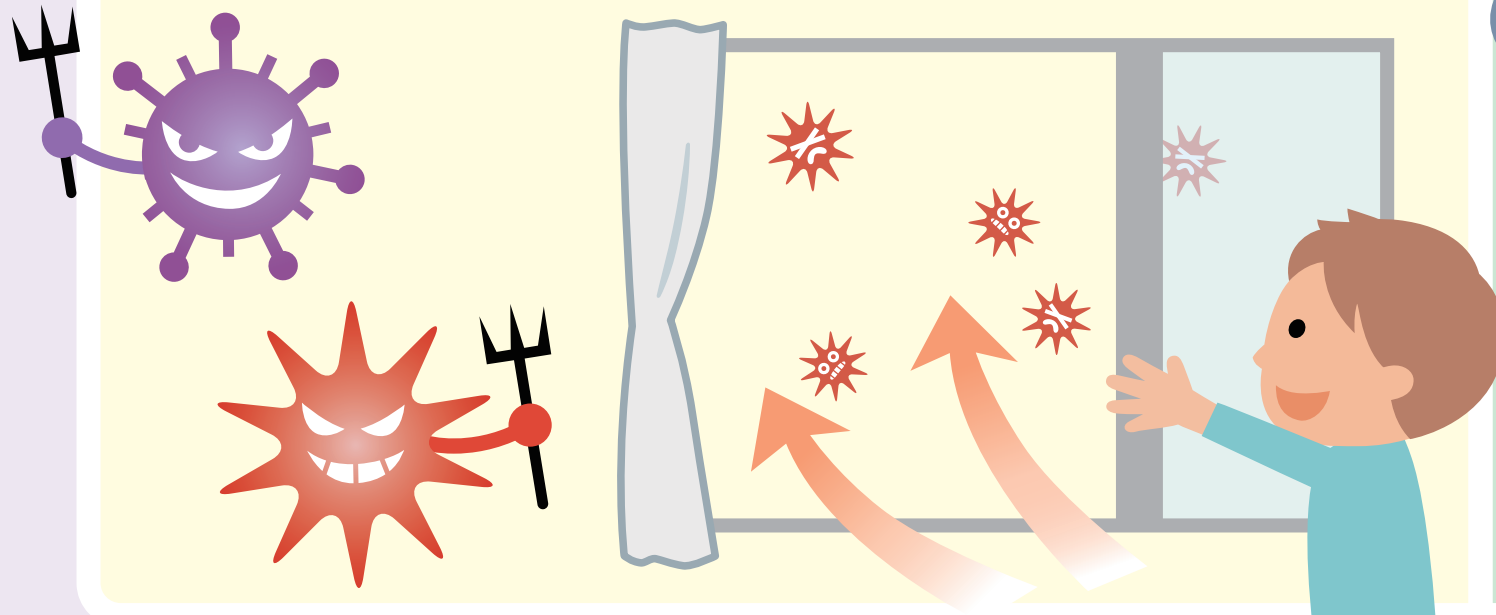
## ② 電気スイッチやドアノブの除菌

定期的にドアノブや照明のスイッチなど人が手で触る所や物を除菌しよう！外で着用した衣類など（次亜塩素酸水や界面活性剤を薄めたものが有効です）



## ③ 窓をあけて換気が大事！

窓をあけて室内の空気も気分もリフレッシュしましょう！  
空調ではなく新鮮な空気を室内の空気と入れ替えよう。



## ④ おうちの中でも手洗い・うがい・咳エチケット

家庭内でもできるだけマスクを着用し、定期的な手洗い・うがいを心がけよう！

