

新型コロナウイルスなどに有効な感染症対策

# 咳エチケット・正しいマスクの着用について

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。

次のような咳エチケットを心がけましょう。

## 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など  
人が集まる場所でやろう



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

マスクが  
ない時



とっさの時



袖で口・鼻を覆う



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

## 正しいマスクの着用



1

鼻と口の両方を確実に覆う



2

ゴムひもを耳にかける



3

隙間がないよう鼻まで覆う

