



2020.5月の健康情報



「アマビエをモチーフに、若い方を対象とした啓発アイコンを作成しました。自分のため、みんなのため、そして大切な人のため、できることを私たち一人ひとりがしっかりやって、ウイルスの感染拡大を防ぎましょう！」

厚生労働省が公開したアマビエアイコン



アマビエ

「妖怪アマビエの伝説」

「アマビエ」は江戸時代から肥後国（熊本県）伝わる妖怪で、海から現れ「私は海中に住むアマビエである。この先6年間（6カ月とも）は豊作が続くが、もし疫病が流行したら、私の姿を描いた絵を人々に見せよ」と予言めいたことを語り、海へ帰っていったとされる半人半魚です。この伝承から、人々を疫病から守るといわれています。

コロナ感染予防

毎日続けましょう！！

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
・時計や指輪は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。

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

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

何れもせず
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でさえる

守りましょう！！

①換気の悪い
密閉空間

②多数が集まる
密集場所

③間近で会話や
発声をする
密接場面



3つの密を避けましょう（首相官邸HPより）

今、思うこと
命の大切さです
守るべきことを
守って、恐れなくて
この時期を過ごして
いきたいです。
頑張ります。

