

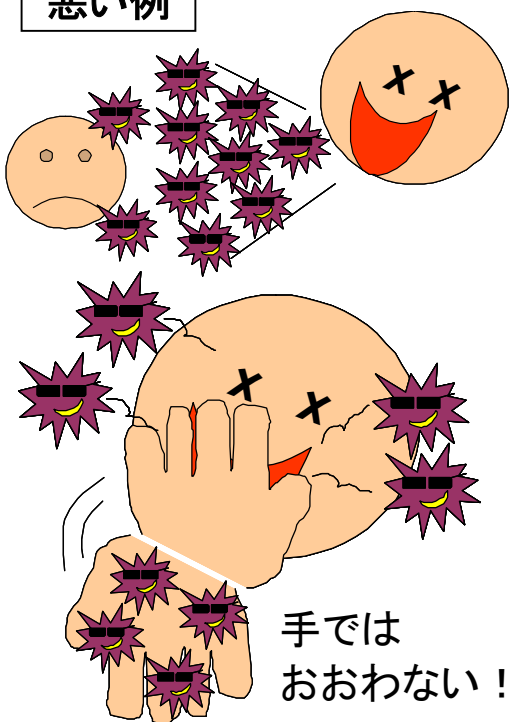
# 咳(せき)エチケットにご協力を！

～カゼ、インフルエンザなどの感染症を人にうつさないため、  
咳(せき)エチケットにご協力お願いします～

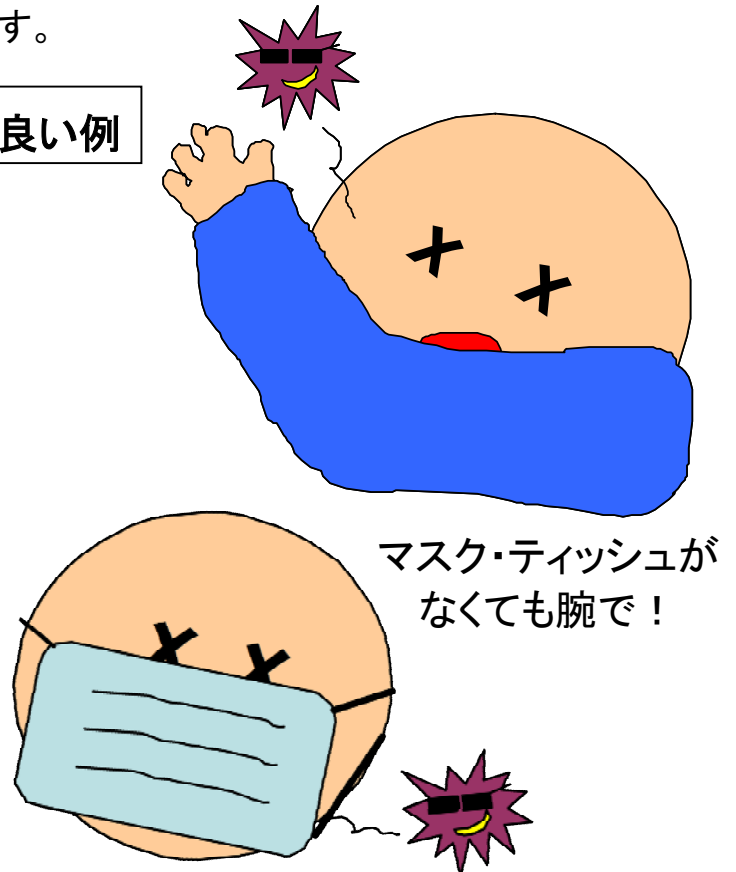
咳・くしゃみの飛沫(シブキ)や鼻汁に、ウイルスや菌が含まれています。

咳・くしゃみをすると、ウイルスや菌が2～3メートル飛び、それを周囲の人が  
吸い込むと、感染することがあります。

悪い例



良い例



## 咳エチケットとは？ 咳にも責任があります！

- 1 咳・くしゃみのあるときは、**マスク**を着けます。
- 2 マスクがないときは、**ティッシュやハンカチ**などで口と鼻をおおい、周りの人から顔をそむけます。
- 3 ティッシュやハンカチが無いときは、**腕・袖口**で口と鼻をおおいます。  
**手にウイルスや菌を着けないため、手でおおうのは避けましょう。**

☆可能なら、**手洗い**や**ウガイ**もしましょう。