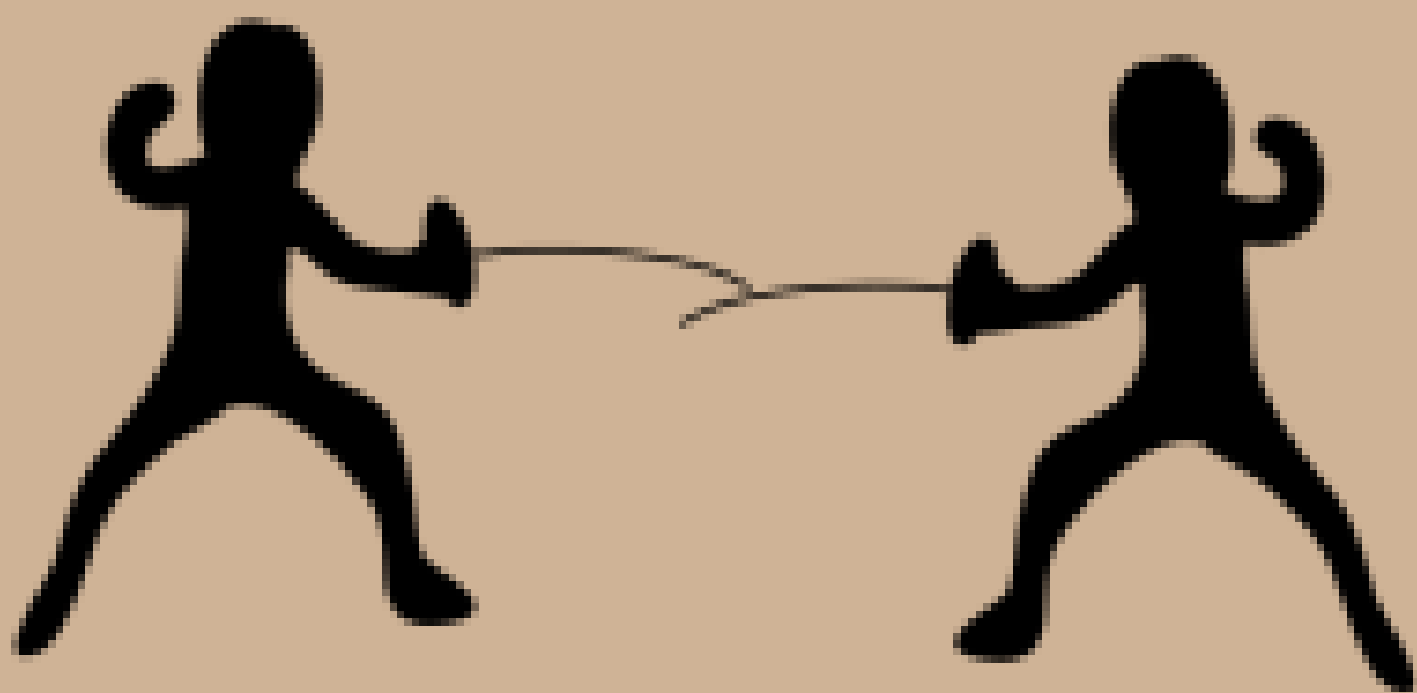


#StopTheSpread

# マスクのつけ方

東京都フェンシング協会

協力 東京都理学療法士協会



## マスクをつける前：

アルコールベースの手指用消毒液、または石けんと水で手を清潔にします。

## マスクをつけているとき：

- 1.口と鼻が覆われるようにします。顔とマスクの間にすき間ができないようにします。
- 2.マスクを手で触れないようにします。マスクに触れた場合は、アルコールベースの手指用消毒液、または石けんと水で手を清潔にします。
- 3.マスクが湿ってきたら、できるだけすぐに新しいマスクに交換します。使い捨てマスクは再利用してはいけません。



## マスクを捨てるとき：

- 1.ひもを持って後ろからマスクを外します。マスクの表面に触れないでください。
- 2.フタつきのゴミ箱に、すぐに捨てます。
- 3.アルコールベースの手指用消毒液、または石けんと水で手を清潔にします。

