

# 避難所での過ごし方 についてのお願い



感染症拡大防止に  
ご協力ください

(1)	マスクを付けましよう	<p>避難所にいる間は、必ずマスクを着用してください。着用する際は、鼻を出したりせず、すき間をなくすように正しい着け方をしましょう。</p> <p>マスクがない場合、特に咳やくしゃみをする際は、自分の手を用いるのではなく、ハンカチやタオル等、口をふさぐことができるもので代用しましょう。</p>	
(2)	咳エチケットを徹底しましょう	<p>「咳エチケット」とは、感染症を他者に広げないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖、ヒジの内側などを使って、口や鼻をおさえることです。</p> <p>避難所では、「咳エチケット」を徹底してください。</p>	
(3)	こまめに手を洗いましょう	<p>こまめに石けんで手を洗いましょう。</p> <p>また、避難所に設置してある消毒液で、こまめにアルコール消毒をしましょう。</p> <p>洗っていない手で目や鼻、口などをさわらないようにしてください。</p>	
(4)	ゴミは密閉して捨てましょう	<p>鼻をかんだり、口をふいたりしたティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出す時は密閉して捨ててください。</p> <p>その後はただちに、石けんで手を洗いましょう。</p>	
(5)	少しでも体調が悪く感じたら、すぐに職員に伝えましょう	<p>少しでも体調が悪く感じたら、すぐに職員に伝えてください。</p> <p>場合によっては、別の部屋へ移動していただくこともございますが、ご了承ください。</p>	
(6)	できるだけ離れて過ごしましょう	<p>避難所で過ごす際は、少なくとも他者と2m以上の距離を保ったり、パーテーションの使用にご協力をお願いします。</p> <p>寝る時は、頭の位置を互い違いになるようにしましょう。</p>	
(7)	換気をしましょう	<p>部屋は定期的に換気させていただきます。</p> <p>ただし、大雨や暴風の場合は、可能な範囲で行いますので、ご協力をお願いします。</p>	