

食中毒、インフルエンザ、コロナ 手洗いで防ごう！

手すりやドアノブなど、多くの人の手が触れる場所に触ったあとは、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

外出先からの帰宅時や、調理の前後、食事前などには、手をよく洗いましょう。

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



1 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。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗いします。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



厚労省

検索



人口

	人口・世帯数 (人・世帯)	前月比 (人・世帯)
総人口	29,407	-69
男性	14,291	-31
女性	15,116	-38
世帯数	14,289	-27

(令和2年10月末現在・外国人含む)

高梁いんぷお

市内の観光やイベントの情報・空き家情報などを発信するアプリです。また、災害時などの緊急情報も配信されます。



[iPhone用]



[Android用]

たぐやうじふ

チャンバラのまね事が好きな4歳の長男は、お化けと鬼とおおへびは大嫌いで、神楽太鼓の音で顔色が変わる臆病者。しかし、6歳の姉が夢中になっているアニメに出てくる鬼の恐ろしさに比べればだいぶマシなのか、スマートフォンで見る素戔嗚尊の舞いに全集中。息子よ、その刃で、オロチもコロナもぶった斬ってくれい。
(山崎太朗)

