

# 3つの密を避けましょう!

①換気の悪い  
密閉空間



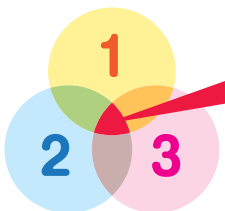
②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。  
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が  
クラスター(集団)発生の  
リスクが高い!

※3つの条件のほか、共同で使う物品には  
消毒などを行ってください。

首相官邸  
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare



厚生省 コロナ 検索

## 【一般的なお問い合わせなどはこちら】

ご自身の症状に不安がある場合など、  
一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

厚生労働省相談窓口

電話番号 0120-565653 (フリーダイヤル)

受付時間 9時~21時(土日・祝日も実施)

聴覚に障害のある方をはじめ  
電話での相談が難しい方

FAX 03-3595-2756



新型コロナウイルス感染症に関して厚生労働省を装った詐欺や、  
新型コロナウイルスを題材とした攻撃メールにご注意ください。

## みなさまへ

タウンプラス

料金後納

現下の情勢を踏まえ、一部の地域に新型コロナウイルスに関する緊急事態宣言が出されました。

他の地域でも感染が拡大する可能性があることから、みなさまには、不要不急の外出を避けるようお願いいたします。

人と人との接触を7割から8割削減することで、感染者の増加をピークアウトさせ、減少に転じさせることができます。どうしても外出する必要がある場合には、既に自分は感染者かもしれないという意識をもっていただき、症状がない人でもマスクを着用するとともに、「3つの密(密閉、密集、密接)」を避ける行動の徹底をお願いします。

この度、感染拡大防止を図るため、一住所あたり2枚の布マスクを配布いたします。十分な量でないことは承知しておりますが、使い捨てではなく、洗剤を使って洗うことで、何度も再利用可能ですので、ご活用ください。

厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare

【差出人】  
厚生労働省医政局経済課  
(マスク等物資対策班)

【問い合わせ先】  
布マスクの全戸配布に関する電話相談窓口  
0120-551-299(9~18時:土日・祝日も実施)

よくある質問と回答はこちら

小中高生へは学校を通じて布マスクをお配りします。  
2世帯同居の方などはこちら(受付開始は、5月中旬を予定)



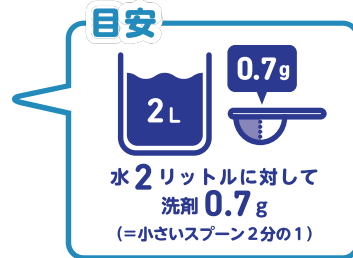
# このマスクは洗っていただくことで 再利用できます

## 布マスクの利用・洗濯方法

(今回、配布する布マスクのメーカー等からの情報をまとめたもの)

### 布マスクの洗い方

- 1 衣料用洗剤で、もみ洗いではなく、軽く押し洗いしてください。
- 2 十分なすすぎをしてください。
- 3 乾燥機は使わず、陰干しで自然乾燥してください。



### 洗濯回数

- 1 洗濯により縮みますが、複数回の再利用については品質上問題ないことを確認しております。
- 2 一日一回の洗濯の頻度を推奨しており、汚れがつかましたら、その都度洗濯してください。

### 漂白剤、柔軟剤の使用について

- 1 汚れが気になる場合は、塩素系漂白剤を使い、においがなくなるまで十分なすすぎをしてください。



漂白剤を使用する場合は、炊事用のゴム手袋などをご利用ください。



- 2 柔軟剤の使用は避けてください。

### 洗濯表示記号



40°C 限度  
手洗い



タンブル乾燥  
NG



アイロン  
NG

📺 上手な洗い方を動画でご紹介しています

<https://www.youtube.com/watch?v=AKNNZRRo74o&feature=youtu.be>

🔍 布マスクをご利用のみなさまへ

📺 YouTube

布マスクの  
手洗い動画



# 新型コロナウイルスを防ぐには？

## 日常生活で気をつけること



まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんなどで手を洗いましょう。



持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。



発熱等の風邪の症状が見られるときは、会社や学校を休んでください。



発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。



帰国者接触者外来を受診される場合は事前の連絡をするようお願いいたします。

## 正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を  
確実に覆う



2 ゴムひもを  
耳にかける



3 隙間がないよう  
鼻まで覆う

外出する際には、飛沫を飛ばさないようにマスクをつけるなどの行動をお願いいたします。

📄 詳しくは厚生労働省の HP をご覧ください

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593493.pdf>

🔍 一般的な感染症対策について

一般的な  
感染症対策  
について

