

# 咳エチケットで感染症予防

## 咳エチケットとは

咳やくしゃみが出たときに周りの人へ病気をうつさないためのマナーです

## マスクがない場合には？



①咳やくしゃみの際は  
ティッシュで口と鼻を  
おおいましょう。

②ティッシュ等がない  
場合には、**二の腕**で  
口と鼻をおおいましょう。

© World Health Organization Regional Office for the Western Pacific, 2016. All right reserved.

マスクがある場合には、  
正しくマスクを着用しま  
しょう。

## 正しいマスクの着用



鼻と口の両方を  
確実に覆う



ゴムひもを耳にかける



隙間がないよう  
鼻まで覆う

画像出典：政府広報