

# 会員の皆さんへ、コロナウイルス感染対策について

全腎協災害対策委員会

発生してから1年以上経ちましたが、現在は変異種の影響もあり、感染が広がってきております。

自粛疲れなどにより、油断が出る場合がありますが、基本的な感染対策を常に心がけて頂けるよう、全腎協災害対策委員会より、ご連絡致します。

## 感染対策3つの合言葉 **ふ・せ・ご**

### ① **ふ**だんから、会話の時はマスクを



会話から飛沫感染しないよう、マスクを着けたまま一定の距離（2M最低でも1M）も保ちましょう。外にいる場合でも、マスクを着けての会話を忘れず

### ② **せ**っきんせず、電車・バス移動は、マスクを着け会話をしない



通院や仕事で、移動をしなければならない時マスクは必ず着け、会話をしないようにしましょう。間隔を空けて、座る事や、窓を少し開けて換気をよくすると、飛沫感染の危険が下がります。

### ③ **ご**ろごろ、うがいと手洗いを小まめに



感染対策を徹底しても、ウイルスが付着してる時があるので、うがいと手洗いは、小まめに顔も洗うと、顔に付いたウイルスも洗い流せます。

## 感染は、忘れた頃にやってくる。

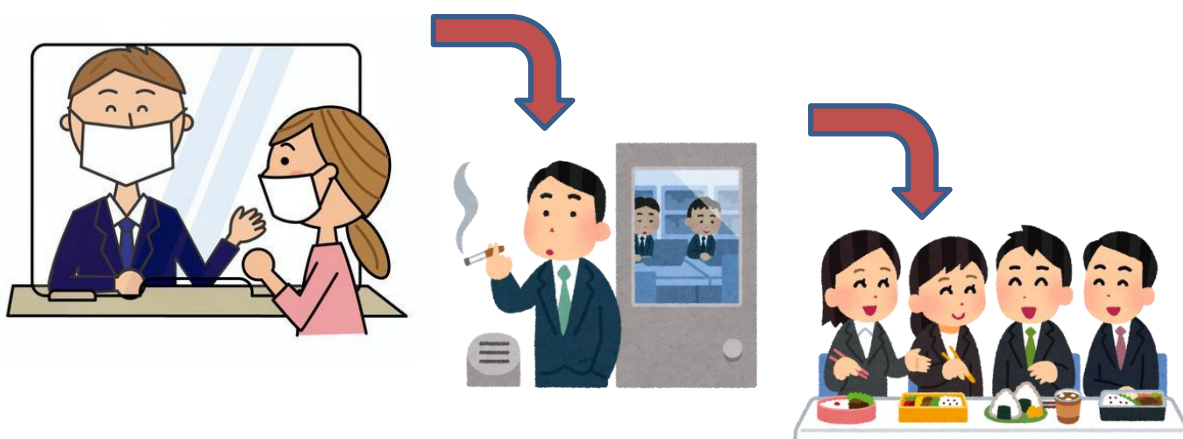


自粛生活が長くなると、どうしても忘れがちになる、感染対策。  
三密に気を付けていても、普段の生活の中でも、こんな事から感染したりします。

### ① 職場の居場所の入れ替わり

感染対策を徹底した職場でも、休憩時間に入った時に居場所が切り替わる事で、  
環境の変化による気の緩みで、感染リスクが高まります。

休憩室・喫煙室、お昼休み時、更衣室など



### ② 狭い空間での共同生活

狭い空間での共同生活、例えば、学生寮、シェアハウスなどは、長時間、密閉し  
た中での生活になるので、感染リスクが高くなります。



① ②の、感染を防ぐには、換気扇をかける、窓を開けるなど部屋の換気をよくする  
会話を控える、どうしても会話が必要なら、マスクを着けるなどの工夫をしましょう。