



新型コロナウイルス対策の徹底を！

新型コロナウイルスに対する感染防御

感染しないために三密を避けるのは当然ですが他に注意することが3点あります。



1. 流水での手洗い

アルコールや石けんを使うのはとても良い事ですが、石けんを洗い流す際は必ず流水を使って隅々まで流してください。大事な事は最後に蛇口やレバーにも水をかけて、洗い流すことです。

2. 不織布マスクを使うこと

流通しているマスクの素材は布や化学繊維を含めてたくさんあります。しかし自分の身を守るツールですからファッションは二の次にして、正しく装着しましょう。最新の実験では不織布のマスクが最も効果的だという結果が出ています。



3. 夜間の加湿

ウイルスは乾燥を好みます。ですから就寝時の湿度は想像以上に重要です。出来れば加湿の目標を50%以上に設定してください。加湿器は寝室ごとに一台必要です。加湿器も色々なタイプが市販されていますが、私はスチーム加湿器を推奨します。 名誉院長 渡辺 熙

