

新型コロナウイルス感染症対策ハンドブック

2025年1月31日改訂(第11版)



新型コロナウイルスに関する大学連絡先

■新型コロナウイルスに関する総合窓口

学務課学務・学生支援係

電話：011-611-2111

内線 21820

E-mail：gakum@sapmed.ac.jp

■体調報告などに関すること

保健管理センター

電話：011-611-2111

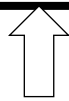
内線 22050、22052

E-mail：hokekan@sapmed.ac.jp

～ 札幌医科大学 保健管理センター ～

大学における新型コロナウイルス対策

小規模な患者の集団（クラスター）の発生を防ぐ
感染者の爆発的急増（オーバーシュート）を防ぐ



基本的感染予防対策の実施

- 対策1：新型コロナウイルス感染症を知る・・・P6
- 対策2：体調管理、運動・食事・休養等による健康増進・・・P7
- 対策3：状況に応じたマスク着用や咳エチケット・・・P7
- 対策4：日常の感染予防行動・・・P9
- 対策5：手洗いは日常の習慣に・・・P10



《報告・行動基準》 P2～3 参照

下記に該当する時は速やかに・正確に・正直に学務・学生支援係に報告

- ①体調不良（疑似症状）が出現した（←実習中の場合）
- ②陽性が判明した
- ③濃厚接触者となった（陽性者と同居）
- ④濃厚接触者となった（陽性者と別居）

【実習なしの①体調不良（疑似症状）】
・学部
学生便覧「各種届出及び証明書交付
申請の手続き」のページの対応
・専攻科
学修の手引き「各種届出等」のページ
の対応

《報告先》

※報告内容はP4 参照

学務課学務・学生支援係

電話：011-611-2111 内線 21820（平日のみ）

E-mail：gakum@sapmed.ac.jp

※実習中の場合は土日も問わず 実習診療科、または、実習担当教員にも連絡

登校の可否、経過観察方法の指示を受ける

保健管理センターへの体調報告 P5 参照

臨床実習中の場合は「判明した時」と「実習再開前」の検査を基本とする

※出席停止の場合は、補講・追試の実施やレポートの活用等弾力的に対応し学生の進級に不利益がないよう
修学上の配慮を行うことになっています。

※医療系大学の学生は医療従事者に準じた健康管理が求められるため、一般の大学より厳密な対策となっています。
感染症対策の重要性を充分理解のうえ行動しましょう。



新型コロナウイルス感染症 《報告・行動基準》



実習有無	状況	登校の可否	学務課報告	判明時の検査	自宅待機	復帰前の検査	登校・実習再開 ※最短の場合	体調報告	その他
附属病院で実習中（附属病院以外は実習先の指示に従う）	①体調不良が出現した時（疑似症状者）	不可 出席停止	必要	必要	発症日を0日として 症状軽快から48時間経過した日の翌朝まで。	発症 4日目まで 必要 5日目以降は不要	発症3日目に陰性を確認してから。	必要 hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで。	発症から8日目まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・咳エチケットの実施 ・不織布マスク着用 ・食事は一人で取る ・サークル活動参加自粛
	②陽性が判明した時	不可 出席停止	必要	検査で確認済	発症日を0日として 5日を経過し かつ 症状が軽快した後 1日を経過するまで。 学校保健安全法の基準に則ります。	不要	左記の基準を満たした後。 最短 6日目 から。	必要 hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで。	発症から8日目まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・咳エチケットの実施 ・不織布マスク着用 ・食事は一人で取る ・サークル活動参加自粛
	③濃厚接触者になった時（陽性者と同居）	不可 出席停止	必要	必要	《①家庭内隔離をした場合》 隔離を実施した日を0日として2日目まで。 《②家庭内隔離困難な場合》 家族の最終発症者の療養解除日（発症日を0日として最短 5日目 ）を0日として、2日目まで。 ※①②ともに家族の最終発症者の療養解除日（上記）までは家庭内隔離を続け、感染予防対策を徹底する。	必要	3日目に陰性を確認してから。	必要 kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで。	家庭内隔離または家族の療養解除日から8日目まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・不織布マスク着用 ・一人で食事 ・サークル活動参加自粛
	④濃厚接触者になった時（陽性者と別居）	不可 出席停止	必要	必要	最終接触を0日として2日目まで。 ※ 8日目 までは感染予防対策を徹底する。	必要	3日目に陰性を確認してから。	必要 kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで。	最終接触から 8日目 まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・不織布マスク着用 ・一人で食事をとる ・サークル活動参加自粛
臨床実習なし	①体調不良が出現した時（疑似症状者）	通常の欠席	学部生は学生便覧P31参照 専攻科は学修の手引きP113参照	必須ではない	無理して登校せず自宅で療養。 加えて体調が良くない時は医療機関を受診する。	不要	体調が回復したら。	不要	発症から 8日目 までは ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・咳エチケット ・不織布マスク着用 ・一人で食事をとる ・サークル活動参加自粛
	②陽性が判明した時	不可 出席停止	必要	検査で確認済	発症日を0日として 5日を経過し かつ 症状が軽快した後 1日を経過するまで。	不要	左記の基準を満たした後。 最短6日目から。	必要 hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで。	発症から 8日目 までは ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・咳エチケット ・不織布マスク着用 ・一人で食事をとる ・サークル活動参加自粛
	③濃厚接触者になった時（陽性者と同居）	条件付きで可	必要	不要	自宅待機は不要だが、下記に留意する。 ※家族の最終発症者の発症日を0日として 5日目 までは家庭内隔離を続け、感染予防対策を徹底する。	—	—	体調報告は不要。 症状が出現した際は①として学務課に報告。	家庭内隔離または家族の療養解除日から8日目まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・不織布マスク着用 ・一人で食事をとる
	④濃厚接触者になった時（陽性者と別居）	条件付きで可	必要	不要	自宅待機は不要だが、下記に留意する。 最終接触日を0日目として 8日目 まで感染対策を徹底する。	—	—	体調報告は不要。 症状が出現した際は①として学務課に報告。	最終接触から 8日目 まで ・基本的対策の徹底 ・体温測定と体調確認 ・不織布マスク着用 ・一人で食事をとる

※附属病院以外で実習の場合は、実習先の指示や実習担当教員の指示に従ってください。

※症状軽快とは…解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指し、個々の状況に応じて判断します。

※濃厚接触者として報告を求める状況

同居者、飲食を共にした人、マスクなしで会話をした相手、サークル活動を共にした人が陽性になった場合、その他迷う場合。

<p>【家庭内隔離の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・可能であれば部屋を分ける。 ・飲食は別にする。 ・陽性者と接触する時はお互い不織布マスクを着用する。 ・感染した家族の世話はできるだけ限られた方が行う。 ・手洗いや換気を適宜行う。 ・共用のトイレを使用後の消毒、浴室使用後の清掃を行う。等 	<p>【学務課報告先】</p> <p>学務課学務・学生支援係</p> <p>電話：011-611-2111</p> <p>内線 21820</p> <p>E-mail: gakum@sapmed.ac.jp</p>	<p>【保健管理センター報告先】</p> <p>電話：011-611-2111</p> <p>内線 22050・22051・22052</p> <p>E-mail: hokekan@sapmed.ac.jp または kansatsu@sapmed.ac.jp</p>
---	--	--

新型コロナウイルス感染症 《報告・行動基準》

行動基準

附属病院で実習中（附属病院以外は実習先の指示に従う）

① 疑似症状

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
発症日	症状軽快	症状軽快 48時間 経過は登校	検査 対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
出席停止	出席停止	出席停止	陰性確認後 登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校

※症状軽快とは…
解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指し、個々の状況に応じて判断します。

※最短3日目に検査 ※登校再開が5日目以降の場合は検査不要

② 陽性

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
発症日	症状あり	症状あり	症状あり	症状あり	症状軽快 1日	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校	登校	登校	登校

※症状軽快とは…
解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指し、個々の状況に応じて判断します。

※学校保健安全法の出席停止期間に則る

③ 濃厚接触（家族と同居・隔離可）

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日					
発症	陽性判明	療養	療養	症状軽快 療養	療養 解除日	←療養解除日は、【附属病院職員の就業再開日】に準じています。 同居家族の方に実際に求めるものではありません。								
隔離実施0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日					
学生→ 家庭内 隔離	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	検査 家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常					
	出席停止	出席停止	出席停止	陰性確認後 登校	登校	登校	登校	登校	登校					
学生→ 家庭内 隔離困難	隔離困難	隔離困難	隔離困難	隔離困難	療養解除日0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	検査 対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	陰性確認後 登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校

④ 濃厚接触者・別居

0日	1日	2日							
最終 接触日	発症	陽性判明							
0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
対策徹底	対策徹底	対策徹底	検査 対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
出席停止	出席停止	出席停止	陰性確認後 登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校

臨床実習なし

① 疑似症状

通常の欠席として学生便覧31ページ、学修の手引き113ページに準じて対応する。
無理して登校せず自宅で療養。加えて体調が良くない時は医療機関を受診する。

② 陽性

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
発症日	症状あり	症状あり	症状あり	症状あり	症状軽快 1日	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校	登校	登校	登校

※症状軽快とは…
解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指し、個々の状況に応じて判断します。

③ 濃厚接触（陽性者と同居・隔離可）

0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日					
発症	陽性判明	療養	療養	症状軽快 療養	療養 解除日	←療養解除日は、【附属病院職員の就業再開日】に準じています。 同居家族の方に実際に求めるものではありません。								
隔離実施0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日					
学生→ 家庭内 隔離	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	家庭内隔離 対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常					
	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校					
学生→ 家庭内 隔離困難	隔離困難	隔離困難	隔離困難	隔離困難	療養解除日0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校

④ 濃厚接触者・別居

0日	1日	2日							
最終 接触日	発症	陽性判明							
0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	対策徹底	通常
登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校	登校

新型コロナウイルス感染症 ～報告内容（判明時）～

【報告が必要な状況】

- ①体調不良（疑似症状）が出現した時
実習なしの場合は、学生便覧 P31 ページ、学修の手引き P113 の報告
- ②陽性が判明した時
- ③濃厚接触者になった時（陽性者と同居）
- ④濃厚接触者になった時（陽性者と別居）

【報告先】

学務課学務・学生支援係

電話 011-611-2111
内線 21820（平日のみ）
E-mail: gakum@sapmed.ac.jp
※実習中の場合は土日問わず 実習診療科、または、
実習担当教員にも連絡

【報告内容】

差出人	●●●●●●@sapmed.ac.jp
宛先	gakum@sapmed.ac.jp
CC	
BCC	
件名	実習ありor実習なし/①体調不良 or ②陽性 or ③濃厚接触(同居) or ④濃厚接触(別居) /学籍番号

①体調不良、②陽性の場合

実習なしの【①体調不良】は
→学生便覧 P31 ページ、学修の手引き P113 の報告

- ・学籍番号、名前、
- ・臨床実習の有無 : (有の場合・・・実習先)
- ・現在の状況 : (体調不良、検査実施(結果待ち、陰性、陽性))
- ・症状出現日時 : (●日●時頃から咳)
- ・最高体温 : 最高●℃ (●日●時頃)
- ・症状 : (●日、咳、発熱、●日、喉の痛み、強い倦怠感、呼吸苦など全て)

《陽性の場合》

- ・発症 2 日前の行動 : 接触した学内関係者(学生番号と名前、その状況(飲食など))
- ・サークル活動状況 : サークル名と参加日、参加していたメンバー

③濃厚接触(同居)、④濃厚接触(別居)の場合

- ・学籍番号、名前
- ・臨床実習の有無 : 無 or 有(有・・・場合は実習先)
- ・相手との関係 : (同居者、学外の人、学内関係者(誰))
- ・相手の状況 : (発症日、陽性判定日)
- ・相手との最終接触日 : (同居の場合は、感染予防策開始日)
- ・自身の体調 : (体温、症状の有無(自覚症状を記載))



新型コロナウイルス感染症 ～報告内容（体調報告編）～

■体調報告先

- ・自身の体調不良の場合（①体調不良と②陽性）⇒⇒⇒ hokekan@sapmed.ac.jp
- ・③④濃厚接触の場合（臨床実習ありの場合）⇒⇒⇒ kansatsu@sapmed.ac.jp

■報告内容

- ・「体調観察票」を使って報告してください。（下記参照）
- ・体調不良や濃厚接触の報告を受けたのち、保健管理センターからデータを送信します。
- ・毎日の体調報告は不要です。
- ・「体調観察票」に必要事項を入力し、指定された日時にメールに添付して報告してください。
- ・体調に関するご質問等は随時お知らせください。

《 体調観察票 》		学年	姓	名	区分	日							
学籍番号	所属	学年	姓	名	区分	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
実習の有無	報告してください	実習先/実習先(遠征/入力)	実習先を報告してください	実習先を記入してください	連絡先								
最高体温	(入力) 発熱(発熱)の有無												
呼吸器	(選択) 有/無												
違和感/咳	(選択) 悪化/変化なし/改善												
痰	(選択) 有/無												
嘔	(選択) 悪化/変化なし/改善												
嘔	(選択) 有/無												
嘔吐・嘔吐	(選択) 悪化/変化なし/改善												
嘔吐	(選択) 有/無												
倦怠感	(選択) 有/無												
味覚異常	(選択) 有/無												
嗅覚異常	(選択) 有/無												
消化器症状	(入力) 下痢/嘔吐/腹痛/嘔吐												
その他の症状	(入力) プラスチック/その他(特記)												
内服状況	(入力) 発熱/頭痛/その他(特記)												
生活状況	(選択) 悪化あり/改善なし												
	(選択) 悪化あり/改善なし												
	(選択) 悪化あり/改善なし												

体調観察票

■登校再開と最終報告

- ・「体調観察票」を確認し、登校再開の基準を満たしているかを判断してお知らせします。
- ・最終報告は登校再開日の朝です。
- ・登校再開の手順はメールでお知らせします。

■その他

- ・附属病院以外で実習の場合は、実習先の指示や実習担当教員の指示に従ってください。
- ・医療系大学の学生は医療従事者に準じた健康管理が求められるため、大学独自の対策も含まれます。感染症対策の重要性を充分理解のうえ行動しましょう。
- ・《報告・行動基準》による自宅待機は欠席による不利益がないよう扱われますが、判明時の学務課報告と保健管理センターへの体調報告が前提になります。

対策 1：新型コロナウイルス感染症を知る

地域の流行状況に関心を持ち自らを感染症から防ぎ、身近な人や社会を感染症から守りましょう。

感染経路

ウイルスを含む飛沫、エアロゾルと呼ばれる更に小さな水分を含んだ状態の粒子を吸入するか、感染者の目や鼻、口に直接的に接触することにより感染します。

他者に感染させるリスク

鼻やのどからのウイルスの排出期間の長さに個人差がありますが、発症2日前から発症後5～10日間は感染性のウイルスを排出していると言われています。

発症後3日間は、感染性のウイルスの平均的な排出量が非常に多く、5日間経過後は大きく減少することから、特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いと言われています。

症状について

- 鼻咽頭などの上気道に感染し、咽頭痛、鼻汁・鼻閉などの上気道症状に加え、倦怠感、発熱、筋肉痛などの全身症状が生じることが多く、咽頭痛はしばしば初発症状となり嚥下困難を訴えることもあります。
- オミクロンに置き換わる前に比べて、嗅覚・味覚障害の頻度は減少しました。
- 無症状の場合や軽症の場合もあります。 参考：コロナウイルス感染症（COVID-19）診療の手引き第版10、1版

詳細な情報について

- 厚生労働省のホームページ【新型コロナウイルスに関するQ&A】に詳細が記載されています。右記QRコードから最新情報を確認してください⇒⇒⇒

質問例

- ・家族が新型コロナウイルス感染症にかかったら、どうしたらよいですか。
- ・新型コロナウイルス感染症になった後、症状が長引くことはありますか。
- ・療養終了後に疲労感、息苦しさなどの症状が続いている場合の対応 など



新型コロナウイルス感染症流行状況

5 類移行により毎日の感染者数の公表は終了しました。

今後は、季節性インフルエンザと同様に、定点医療機関からの報告に基づき、1 週間ごとの報告となりました。

右記 QR コードから最新情報を確認してください⇒⇒⇒



対策2：体調管理、運動・食事・休養による健康増進

- 健康状態に応じた運動や食事、休養、禁煙等、適切な生活習慣を実行することが大切です。基礎疾患のある方は、かかりつけ医などにアドバイスを受け、体調管理に気を付けましょう。
- 医療系大学の学生には、医療従事者に準じた健康管理が求められます。
- 臨床実習中は重症化リスクの高い人と接する場面が増えます。
病院内の感染拡大を防ぐために、体調管理をより厳重にしましょう。



対策3：状況に応じたマスク着用や咳エチケット

国の「基本的対処方針」や「文部科学省の通知」等に基づくことを基本とします。医療系大学の学生として、適宜感染リスクを考慮し、適切なマスク着脱を実践してください。

- **咳やくしゃみの飛沫は1.5~2mの距離まで届きます。**
症状がある時は、不織布マスクを正しく着用し、マスクを着用していても他人から顔をそむけ、距離を保ち飛沫拡散を防ぎましょう。(咳エチケット)
- マスクは不織布マスクを選択し、正しく着用しましょう。

- 鼻のカーブに沿って隙間ができないようにします。
- 顎の下までマスクを伸ばして密着させます。
- 鼻を出したり、顎マスクでの着用は厳禁です。
- 外す時は、表面に触れないようにゴムをつかんでゴミ箱に捨てます。
- 外した後は手を洗います。



日常におけるマスク着用の基本

場所（区分）	行動の例	マスクの着用
附属病院内 臨床教育研究棟	<ul style="list-style-type: none"> 附属病院内で行動するとき 臨床教育研究棟で行動するとき 附属病院での臨床実習中（※1 参照） 大学の感染対策上の理由等によりマスクの着用を求められたとき <p>※1 <u>臨床実習中は粘膜暴露を防止のため、目を保護するゴーグル等の着用も必要です。</u> 附属病院以外の実習は実習先の対策に従います。</p>	着用することを基本とする
大学管理棟 基礎医学研究棟 教育研究棟 保健医療学部研究棟 リハビリ教育実習棟 札幌医科大学記念ホール 札幌医科大学交流会館	<ul style="list-style-type: none"> 15分以上の会話を行う場面において、人との間隔（1m以上）が確保できないとき <p>例） ディスカッションを伴う授業や会議、面談など 人との距離が保てない演習場面など</p>	着用を推奨する
その他 （通学および日常における対応）	<ul style="list-style-type: none"> ラッシュ時など混雑した電車やバスに乗車するとき 医療機関を受診するとき 医療機関や高齢者施設等を訪問するとき 	着用を推奨する
	<ul style="list-style-type: none"> <u>症状がある場合に、通院等やむを得ず外出するとき</u> ※<u>症状がある者、新型コロナウイルス感染症の検査陽性の者、同居家族に陽性者がいる者は、周囲の者に感染を広げないため、<u>外出を控える</u></u>」とされています。 体調不良、新型コロナウイルス感染症を発症後 8 日経過するまで 陽性者と濃厚接触した時は、最終接触から 8 日間経過するまで 	着用する

重要! 医療機関におけるユニバーサルマスクキングの考え方

新型コロナウイルス感染症は、症状出現の2日前から他者に感染させる可能性があることから、医療機関では発熱や咳などの症状の有無に関わらず、すべての人が常時サージカルマスクの着用が推奨されています。

対策 4：日常の感染予防行動

登下校

- 公共交通機関の混雑時の利用は、マスク着用を推奨します。混雑の少ない車両を選びます。
- つり革や手すりに触れた手で目・鼻・口を触らないようにします。
- 飛沫感染防止のため、大声での会話は控えます。

登校後

- 登校したら手を洗います。その後も適宜手洗いします。
- 感染リスクを判断し、場所や状況などに応じてマスクを着用します。
- 不特定多数の人がいる所では、換気（空気の入替え）、人との間隔を空ける、すいている 時間帯や場所を選択するなどして感染リスクを下げましょう。
- 「近距離」「対面」「大声」を伴う場面や接触を伴う活動は感染リスクが高まります。市中や学内の感染拡大の状況に応じて、感染対策を実践しましょう。



課外活動、体育館や交流会館（サークル棟）の利用について

- 「新型コロナウイルス感染拡大防止のための札幌医科大学の行動指針に基づく学生の課外活動等方針（令和5年5月 10 日改訂版）」に従ってください。



対策5：手洗いは日常の習慣に

接触感染の予防に最も重要なのは、手指衛生です。基本的な感染対策として継続しましょう。

- 流水と石けんで洗うか、手指消毒用アルコールで消毒します。
- ペーパータオルの使用が望ましいです。
設置されていない場合は、個人のハンカチ・タオルを使用し、共用は避けましょう。
- ウイルスに汚染された手で、目・鼻・口などに触ると、粘膜から感染する可能性があります。
不用意に口・鼻・目、顔を触らないように注意しましょう。

手洗いのタイミング

- ・ 外出先から戻ったとき
- ・ 登校したとき
- ・ トイレの後
- ・ マスクを外したとき
- ・ 咳・くしゃみ、鼻をかんだ後
- ・ ドアノブやつり革など不特定多数の人が触れる場所を触ったとき
- ・ 調理の前
- ・ 食事の前
- ・ 症状のある人の世話をした後 など

正しい手の洗い方

- ・ 爪は短く切っておきます。
- ・ マニキュアやつけ爪はやめましょう。
- ・ 時計や指輪を外しましょう。
- ・ 手荒れは洗い残しの原因になるため、ハンドケアをしましょう。

