

# さんようおのだ 5月のカレンダー



カレンダー内の記号 ◇…相談日 ♥…健康だより ♪…イベント ○…その他 ㊦…今号の掲載ページ

<b>市議会定例会日程のお知らせ</b>  6月10日(水)～26日(金)〈予定〉 一般質問は、6月16日(火)・17日(水)・ 18日(木)・19日(金)・22日(月)の予定です。 問議会事務局 (☎ 82-1182)					1 金 ○口座振替キャン ペーン ~7/31	2 土
3 祝	4 祝	5 祝	6 休	7 休	8 金	9 土
10 日	11 月 ○税務課・国保年金課 「夜間窓口」~15日㊦	12 火	13 水 ◇心配ごと ㊦	14 木	15 金	16 土
17 日	18 月	19 火	20 水 ◇心配ごと ㊦	21 木	22 金	23 土
24 日	25 月 ◇弁護士による 法律相談 ㊦ ◇心配ごと ㊦	26 火	27 水 ◇心配ごと ㊦	28 木	29 金	30 土
31 日	1 月 ○軽自動車税・固 定資産税(第1期) 納期限	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土

※山陽オート開催情報等については、電話(☎ 76-1115)または、ホームページ等でご確認ください。

## 正しい手洗い30秒間!

流水と石けんで手洗いをしましょう。

流水と石けんで手指を洗うと「手洗いなし」と比較して、ウイルスの感染力を抑えられることが分かっています。

Q. いつ手を洗うの?

A. 帰宅時、調理の前後、食事の前、トイレの後、咳やくしゃみ・鼻をかんだ後

Q. 手洗い前にしておくことは?

A. 爪を短く切る。時計や指輪は外す。



基本は手洗い!

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこする

2



手の甲を伸ばすようにこする

3



指先・爪の間を念入りにこする

4



指の間を洗う

5



親指と手のひらをねじりながら洗う

6



手首も忘れず洗う

(厚生労働省資料から転載)

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう。