

# 咳エチケット うつさない！うつらない！



保健師

毎日寒い日が続いています。体調はいかがですか。今の時期、風邪やインフルエンザ予防にマスクを着用しましょうとよく見聞きますよね。これは『咳エチケット』として、厚生労働省が提唱している感染予防策のひとつです。

咳やくしゃみをした時、しぶきは2〜3メートル飛ぶと言われています。そして、そのしぶきにはウイルスが含まれているかもしれない、うつらないため、咳エチケットを実行しましょう。

手や腕は、すぐに洗いましょう。

## ●エチケット④

鼻汁・痰などを含んだティッシュは、すぐに蓋つきのゴミ箱に捨てましょう。

## ★正しいマスクの装着方法

- ・鼻と口の両方を確実に覆います。
- ・ゴムひもを耳に掛けます。
- ・フィットするように調節します。

## ★効果のないマスク装着の例

- ・鼻の部分に隙間がある。
- ・あごが大きく出ている。

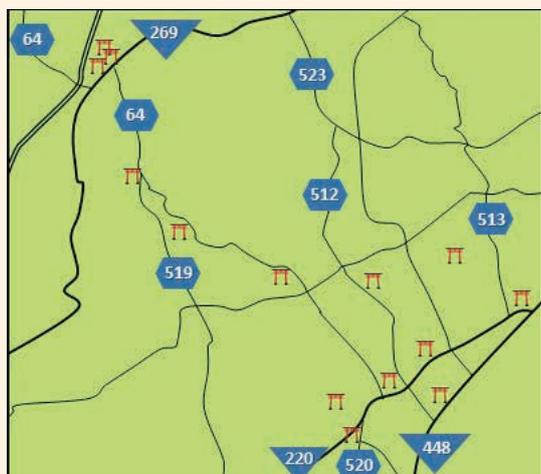
- エチケット①  
咳やくしゃみがある場合は、マスクを着用しましょう。鼻と口を覆うように着用します。
- エチケット②  
咳やくしゃみの際、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔を背けましょう。
- エチケット③  
咳やくしゃみの際、押さえた



鼻の部分に隙間がある

あごが大きく出ている

# おおさきを 楽しむ



【情報提供】 道の駅くのにの松原  
おおさき総合案内所  
☎ 099-477-2400

## 五社参り

2016年も残りわずかとなりましたが、皆さんは初詣はどちらに行きますか？

よく『三社参り』『五社参り』と言いますが、地元でその三社参りや五社参りをしてみたいか？

ここ大崎町でも以前（大崎郷と呼ばれる時代）、正月に五社参りの風習があったことをご存知でしょうか。それは、一之宮：『都萬神社』、二之宮：『持留神社』、三之宮：『若一神社』の他に自分の行きたい2社を選んで参拝するというものだったそうです。

三社参りという話もありますが、実は大崎町でも五社参りができます。町内で五社参りをしてみませんか？

町内には、上記の3社以外に鹿児島県神社庁に登録されている神社が6社あるほか、地域の方によって祀られている神社もあります。

- 稲荷神社(永吉6291-1)
- 井俣神社(井俣290)
- 照日神社(野方2891-イ)
- 轟神社(野方3035)
- 南方神社(菱田1269)
- 南方神社(横瀬507)