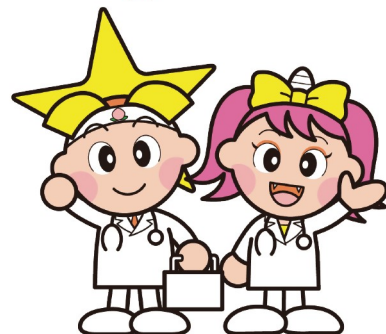


インフルエンザ 注意報 発令中！

流行は「冬」だけでは
ありません！



©岡山県「ももっち・うらっち」

インフルエンザ流行期における注意事項

日常的な 感染防止策

- 場面に応じたマスクの着用
- 手洗い、手指消毒の実施
- 室内の適度な湿度設定、定期的な空気の入れ換え
- 高齢者や基礎疾患のある方などは、人混みを避ける
- 十分な休養、バランスのとれた食事



感染の拡大を 防ぐために

- 発熱等の症状が出た時は、
早めに医療機関を受診しましょう
- 咳などの症状があるときは、
マスクを着用するなどの「咳エチケット」を
- インフルエンザと診断されたら外出を控え、
安静にして休養をとりましょう

