

「流行」には、

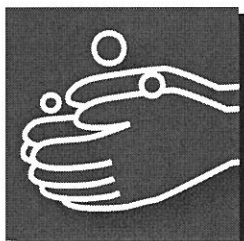
のらないで。

予防が大切 インフルエンザ

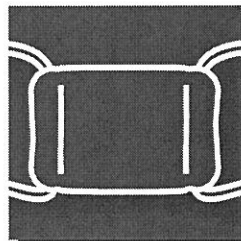
毎年、冬から春はインフルエンザシーズンです。
そんな「流行」にはのらないよう、自分でできる予防を忘れずに。
まずはいつもの手洗い、マスク、咳エチケットから。

外出先から帰ったら

手洗い



石けんやハンドソープを使って最低15秒以上、手のひらだけでなく、手の甲、指の間やつめの間、手首までしっかり洗いましょう。洗った後は、清潔なタオルなどで水分を十分にふきとります。



人ごみではマスク、
咳やくしゃみが出るときは

咳エチケット

咳エチケット:人に向かって咳やくしゃみをしないこと。とっさに出そうなときは、周囲の人から顔をそらし、用意があればティッシュなどで口・鼻をおおいます。咳やくしゃみが続くときはマスクの用意を。

インフルエンザ等感染症相談窓口

新型インフルエンザ・季節性インフルエンザ・動物由来感染症・性感染症などについて相談におこたえます。

■電話番号:03-3234-3479 [委託先:株式会社保健同人社] ■受付時間:午前9時~午後5時(土・日・祝日を除く)