

～インフルエンザ・感染性胃腸炎の 流行する季節になりました～

・**インフルエンザ**は、咳やくしゃみ等で飛び散ったウイルスを吸い込んで感染する病気です。**うがい、手洗い、マスクの着用、室内の加湿、換気**を行いましょう！！

咳が出るときは、**咳エチケット**を行いましょう！



咳が出るときはマスクを着けよう！

マスクがない時は、他の人から顔をそむけて、ハンカチやティッシュ等で口や鼻を覆ってね！

・**ノロウイルス等による感染性胃腸炎**は、ウイルスが口から入って感染する病気です。食事の前やトイレの後、外出から帰った時には、必ず**手洗い**を行いましょう。

1回の手洗いは**30秒以上**を目安にしようね！！



安足健康福祉センター 感染症予防担当

[TEL:0284-41-5895](tel:0284-41-5895)