



### 【インフルエンザの予防について】

インフルエンザは、空気中に拡散されたウイルスによって感染しますので、人ごみや繁華街への外出を控えましょう。

帰宅時には流水・石けんでこまめに手洗いをしましょう。

日頃から十分な栄養や休養をとりましょう。

室内では加湿器などを使って、適切な湿度（50～60％）を保つことも効果的です。

インフルエンザにかかってしまったら、学校や仕事は休みましょう。

なお、学校は発症した後5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで出席停止となります。

### 【咳エチケットとは】

咳・くしゃみをする時は、ティッシュで口と鼻を覆いましょう。

使用したティッシュはゴミ箱に捨て、その後はよく手を洗いましょう。

咳・くしゃみの症状がある方はマスクを着用しましょう。

問い合わせ先

疾病対策課 感染症対策班

担当：吉田・貴家（さずが）

電話：042-769-8260（直通）