

まめに

マスク



みんなで予防！

インフルエンザ

かからないために

- * 外出後は手洗いを徹底する
アルコール製剤による消毒も効果があります
- * 栄養と睡眠を十分にとる
- * 部屋の中は適度な湿度を保つ
- * なるべく人ごみを避け、やむを得ず外出するときはマスクをつける

まめに

手洗い



NOTE

昨年度は岐阜県にインフルエンザ警報が発令され、学級・学年閉鎖が多くの学校で行われました。

インフルエンザ予防にはみんなの「かからない」、「うつさない」という気持ちがとても大切です。

ほかの人にうつさないために

- * 熱や咳などの症状が出たら早めに受診する
- * インフルエンザと診断されたら安静にして休養する
- * 咳が出るときはマスクを着用し咳エチケットを守る