

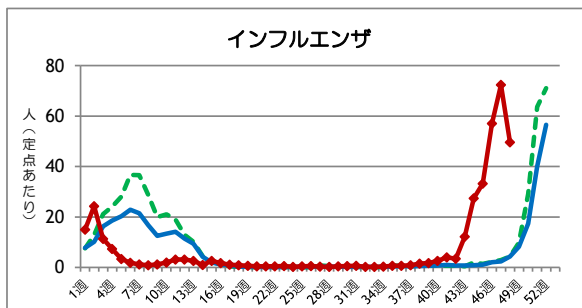
2025年 第48週 11月24日～11月30日

# 多摩小平保健所 感染症NEWS

## 注意してほしい感染症

- インフルエンザの患者報告数は依然として高い水準のままです。手洗いや咳エチケットに加え、マスクを正しく着用することで感染対策を十分に行いましょう。
- 東京都エイズ予防月間です。性感染症検査の若年層向けの普及啓発動画を作成しました！右下の二次元コードから読み取りの上、ぜひご覧ください。

— 2024年東京都 — 2024年圏域 — 2025年圏域 — 数値は定点当りの患者数



## 保健所からのお知らせ

## マスクのつけ方・外し方を見直してみましょう

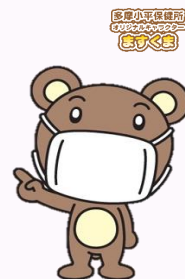
マスクの着用は感染予防に効果的です。正しい方法で着用しましょう。

### ●正しいマスクのつけ方

- ①ゴムひもを耳にかけ、鼻の部分自分の顔の形に合わせる
- ②あごの下までプリーツをしっかりと引っ張って伸ばす

### ●正しいマスクの外し方

- ①耳からゴムひもを外し、マスクの外側に触れないよう破棄する
- ②流水と石鹸での手洗いもしくは手指消毒を行う



同じマスクを使い回したり、マスクの外側に触れた手で顔を触ると、逆にウイルスを体内に取り込むリスクが高まってしまいます。正しい着用方法で、ご自身と大切な人をウイルスから守りましょう。

11月16日から12月15日までは「東京都エイズ予防月間」です。

## 予防のポイント

- \*コンドームの正しい使用
- \*早期発見と治療



心配な機会があった時は検査を受けましょう。多摩小平保健所では、**匿名・無料**の検査を実施しています（**予約制**）。詳しくは保健所のホームページまたは「東京都性感染症ナビ」をご確認ください。

若年層向けの普及啓発動画を作成しました！  
ぜひご覧ください。  
(右の二次元コードからもご覧いただけます)



<https://tokyodouga.metro.tokyo.lg.jp/vghr5smld-e.html>