



# インフルエンザ対策に関するお知らせ

## インフルエンザにかからないためにできること

### 【基本的な感染防止対策】

#### ① 着用が効果的な場面でのマスク着用



人混みに行く時や会話をする時、咳・くしゃみが出る時にはマスクの着用を

#### ② 手洗い・消毒をしよう

外出後など、流水・石鹸で、こまめな手洗い・消毒を



#### ③ 換気をしよう

十分な換気をすることは、感染症対策につながります



☆適度な湿度の保持、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取、なども効果的です。

### 【予防接種】

インフルエンザワクチンは、感染しても発症を予防する効果があり、発症した場合は重症化防止に有効と報告されています。

#### 【みなさまへのお願い】

- ◆ 65歳以上の方等を対象にした定期接種については、多くの自治体では、10月から接種開始となります。開始時期等の詳細は、居住地の区市町村の予防接種担当窓口にお問合せください。
- ◆ 接種にあたっては、あらかじめ医療機関にお電話等でご連絡いただき、予約をお願いします。
- ◆ インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、接種時の体調などによって副反応が生じる場合があります。
- ◆ 医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後に体調に異変が生じた場合は医療機関にご相談いただくようお願いします。

### 乳幼児・小児のインフルエンザウイルスの感染が増えています

～お子さまを守るために家族や周囲の大人の方々ができること～

- ◆ 手洗い・咳エチケットを徹底する
- ◆ 流行時期は、人が多く集まる場所を避ける
- ◆ 乳幼児がインフルエンザウイルスへ曝露される機会を出来るだけ減らす 等

※ 自治体によっては、小児に対する予防接種費用助成を行っている場合があります。開始時期等の詳細は、居住地の区市町村の予防接種担当窓口にお問合せください。