

インフルエンザに きをつけましょう

インフルエンザが はやっています。たかい ねつ、ずつう、はきけ などが おこる びょうき です。びょうきに かからないように、ひろげないように きをつけましょう。

◆かからないように します。

- ・てあらい、うがいを きちんと しましょう。
- ・たくさん ひとが いるところでは、マスクを つけましょう。
- ・えいようを きちんと とりましょう。よるは たくさん ねて、やすみましょう。

◆うつさないように します。

- ・ぐあいが わるかったら、はやめに びょういんに いきましょう。
- ・インフルエンザに なってしまったら、よく やすんで ください。
- ・せきや くしゃみが できる時は、マスクを つけましょう。
- ・がっこうや しごとは はやめに やすみましょう。

おといあわせ：

TEL：026-235-7186（ぼるとがるご、ちゅうごくご、たがろぐご、たいご、えいご）