

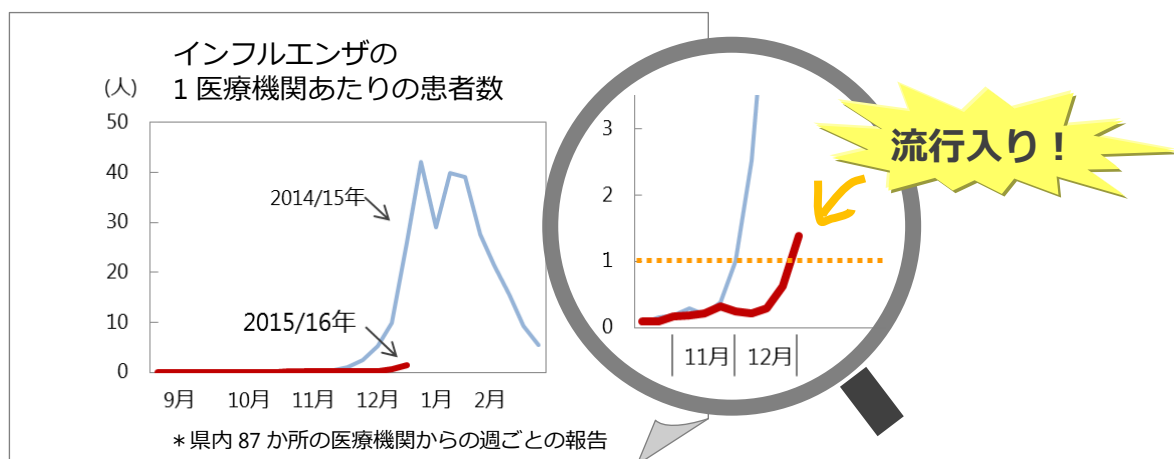
# ぎふ感染症かわら版

平成 28 年 1 月 8 日 岐阜県感染症情報センター（岐阜県保健環境研究所）



## インフルエンザの流行シーズンに入りました！ 本格的な流行にそなえ、予防対策をしましょう。

12月28日～1月3日の1週間のインフルエンザの患者数が  
流行入りの目安とされる「1医療機関あたり1人」を超えました。



かからないよう、ひろげないよう  
一人ひとりが気をつけましょう！

### インフルエンザに

#### かからないために

- こまめな手洗い
- 十分な睡眠とバランスのよい食事
- 部屋の中は適度な温度と湿度に
- なるべく人ごみを避ける

### ほかの人にうつさないために

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

### 重症になりやすい方へ

高齢の方、妊娠中の方、小さいお子さん、持病をお持ちの方などは、  
感染すると症状が重くなることがあるため、早めに医療機関を受診しましょう。

※ 保育所や幼稚園、高齢者施設など、希望される施設に対して「ぎふ感染症かわら版」のメール配信もおこなっています。  
くわしくは岐阜県感染症情報センターホームページをご覧ください。

