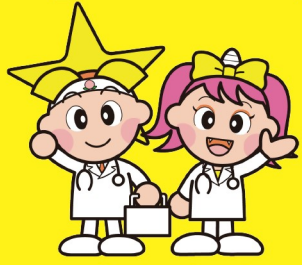


県民の皆様へ

# インフルエンザ 警告 発令中



©岡山県「ももっち・うらっち」



インフルエンザが流行しているため、予防と対策をお願いします

## 日常的な感染防止策

- ・場面に応じたマスクの着用
- ・手洗い、手指消毒の実施
- ・室内の適度な湿度設定、定期的な空気の入換え
- ・高齢者や基礎疾患のある方などは、人混みを避ける
- ・十分な休養、バランスのとれた食事

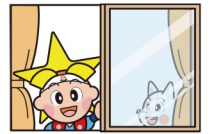
手洗い



手指消毒



換気



## 予防接種

- ・特に高齢者や基礎疾患がある方、妊婦、乳幼児など、重症化リスクが高い方はインフルエンザワクチンの接種を検討しましょう  
(ワクチン接種により、発症をある程度抑える効果や、重症化を予防する効果があります)

予防接種



## 感染の拡大を防ぐために

- ・発熱等の症状が出た時は、早めに医療機関を受診しましょう
- ・咳などの症状があるときは、マスクを着用するなどの「咳エチケット」を
- ・インフルエンザと診断されたら外出を控え、安静にして休養をとりましょう

早めの受診



休息

