

横須賀市では4年ぶりに
インフルエンザの流行が始まりました
(横須賀市ホームページより)

●インフルエンザとは
インフルエンザウイルスによる呼吸器感染症

● 症状

突然の発熱 (38℃以上) 関節痛 筋肉痛 頭痛 のどの痛み 咳 など

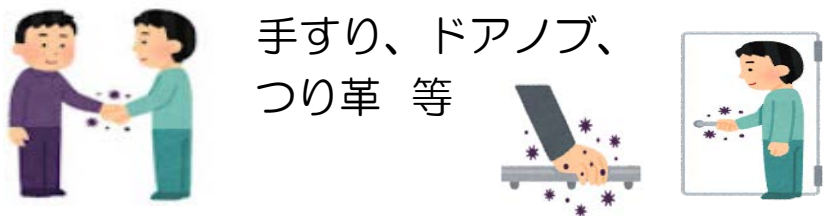


● うつり方は

飛沫感染：咳やくしゃみ、
会話時のしぶき

接触感染：咳やくしゃみ、鼻水等に触れる
ウイルスがいる環境に触れる

手すり、ドアノブ、
つり革 等



●かからないためには
手洗い うがい マスク着用 ワクチン接種
(重症化予防)



● こんな時は

● 発熱、筋肉痛などの
症状が出た時

→ **早めに受診**

● インフルエンザにかかったら

- 十分な睡眠をとる
- 水分補給に努める
- 他の人にうつさないように気をつける
(マスクの着用、外出を控えるなど)



<日々の感染対策>

- **体調確認 (体温測定 など)**
- 手洗い
- うがい
- 換気
- **咳エチケット**



気温差が大きい季節になりました
体調の変化に気をつけてお過ごしください

(感染制御部/ICT)