

# 新型インフルエンザ予防・拡大防止のために

## 家庭でできる新型インフルエンザ対策

### ○外出後の手洗いとうがい

→石けん・流水で15秒以上洗いましょう。



### ○マスクの着用

→他の人への感染を防ぐことができます。



市販されている使い捨てマスクでも十分に効果があります。

### ○咳エチケット

→マスクをしていない時、咳・くしゃみをする時は、ティッシュで口と鼻を覆いましょう。

発熱や咳など、新型インフルエンザ感染を疑わせる症状がある方は、かかりつけ医などに事前に電話で相談してください。受診する医療機関がわからない時や自宅療養するときの留意事項など、新型インフルエンザに関する健康相談を下記の番号で受け付けています。

◇◇神戸市新型インフルエンザ健康相談窓口◇◇

078-335-2151 (直通)

078-335-2152 (FAX)