

有关家庭预防新型流感的对策

- 信息的收集

→厚生劳动省和神户市等将随时提供新的信息。

希望您把握正确的信息，镇定地行动。

厚生劳动省主页:<http://www-bm.mhlw.go.jp/index.html>

神户市主页:<http://www-city.kobe.lg>.

- 外出后必洗手和漱口

→肥皂洗手 15 秒以上，再用流水洗干净。

- 戴好口罩

→可以在一定程度上防御病毒侵入身内。万一您被感染了，也可以防御再把病毒传染给别人。

- 尽量不去热闹的地方

→避免不必要的外出。

市场上销售的一次性使用的口罩也充分具有一定的效果。

- 充分地休养好, 注意好饮食

→提高体力和抵抗力。

新型流感，吃猪肉和猪肉加工食品不会发生经口腔感染的现象。与其他病毒一样，经过加热烹调后，猪流感病毒就会死灭。

为了预防万一・・・

为了预防新型流感在国内的流行, 可以储备如; 能长期保存的食品和医药品及日用品等。