

あ、その咳、  
そのくしゃみ



# ~咳エチケットしてありますか?~

「咳エチケット」  
とは?

- 咳・くしゃみがでたら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いします。

インフルエンザ  
予防のために  
できること

- 外出後のうがいや手洗いを定期的に行いましょう。
- 十分に栄養や睡眠をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- ワクチン接種を希望される方は、お近くの医療機関にご相談下さい。

※なお、高齢者の方(原則65歳以上)がインフルエンザ予防接種を希望する場合は、予防接種法(定期の予防接種)の対象者として接種を受けることができます。

## インフルエンザに関する情報

厚生労働省ホームページ

▶ <http://www.mhlw.go.jp/index.html>

国立感染症研究所感染症情報センターホームページ

▶ <http://idsc.nih.gov.jp/index-j.html>

## 新型インフルエンザとは?

世界的流行が心配されている新型インフルエンザに対し、政府は行動計画を定めて、発生に備えた対応を行っています。詳しくは、厚生労働省HP「新型インフルエンザ対策関連情報」まで。

▶ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou04/>

## インフルエンザ等感染症相談窓口

新型インフルエンザ・季節性インフルエンザ・動物由来感染症・性感染症などについて相談にお応えします。

電話番号:03-3234-3479 [委託先:(株)保健同人社] 期間:平成20年7月1日~平成21年3月31日まで

受付時間:午前9時~午後5時(土・日・祝日を除く)