

# みんなですべて予防！ インフルエンザ



## てあら 手洗い



外から戻ったとき、食べる前、咳・くしゃみ・鼻をかんだ後など、こまめに手を洗いましょう。

せき

## 咳エチケット

まわりの人にうつさないように、マスクを着けましょう。マスクを着けていないときは、咳・くしゃみをする時にハンカチやティッシュ等で口と鼻をおおきましょう。



山口県PR本部長 ちよるる



よぼうせつしゅ

## 予防接種

インフルエンザの症状が重くなることを防ぐためには、ワクチン接種が有効です。

