



No.72

Batton

The best attended top team of next

インフルエンザ予防

実践しましょう

流行前に !(!)

- * インフルエンザワクチンを接種



流行したら ((+_+))

- * 外出を控える
インフルエンザは人と人の接触による感染症なので、人混みへの外出を避け接触機会を減らしましょう。
- * マスクをつける
外出時にマスクをつけることで、飛沫感染をある程度防ぐことができます。
- * 湿度を保つ
空気が乾燥するとインフルエンザにかかりやすくなります。室内は適度な湿度を保つようにしましょう。
- * 食事と休養
日頃からバランスの良い食事と十分な休養をとり、体力や抵抗力を高めましょう。
- * うがい・手洗い
帰宅したらすぐにうがい・手洗いをしましょう
- * 咳エチケット
インフルエンザにかかっている人は、うつさないためにマスクをつけましょう(咳エチケット)。

マスク着用!!

まずくをつけよう!



- ①アゴは隠れていますか? あご かく
- ②鼻は隠れていますか? はな かく
- ③いつ交換しましたか? こうかん

★よごれたら交換しましょう!



~~インフルエンザ予防接種~~

【実施期間】平成27年10月26日～平成28年1月31日

ただし、ワクチンの在庫が無くなり次第終了させていただきます。

【料金】

- 65歳以上の北上市民の方・・・ 2,100円
- 小学生以下の児童（基本的に2回接種）・・・ 3,000円（1回）
- 一般の方（上記以外）・・・ 3,800円



インフルエンザワクチン予防接種に関するお問い合わせ先
 北上済生会病院 医事課 受付窓口
 電話：0197-64-7722
 FAX：0197-65-6134

