



季節の変わり目。  
風邪ひかれて  
ないですか？

愛媛県感染症情報センターの発表によると、県内でもすでにインフルエンザが発生し、流行期に入ったとの報告がでています。過去10シーズンで最も早く流行期突入です！！

気温が下がり、空気が乾燥してくると、くしゃみや鼻水、咳などの症状が見られる風邪をひく人が増え始めます。風邪の多くはウイルス感染によって人から人へとうつります。風邪をひきおこすウイルスは200種類以上もあり、感染するウイルスの種類や型が異なるたびに風邪をひくことも少なくありません。風邪予防にはウイルスにさらされないこと、ウイルスに負けない抵抗力をつけることが大切です。

－インフルエンザの感染経は2つ－ マスク着用・手洗い + 予防接種で感染予防を

### 飛沫感染



### 接触感染



予防接種は効果が現れるまでに2週間程度かかります。流行のピークを迎える前（12月頃まで）に受けるのがいいですよ。

予防接種の受け方

- ・手洗い
- ・マスク着用（咳エチケット）で予防

- ・医療機関に連絡する（予約が必要なところあり）
- ・内科以外でも接種できる場所があります。（行きつけの耳鼻科などにも連絡してみてください）
- ・予防接種の金額は医療機関によって違います。（4,000円前後必要な所も）

### マスクのつけ方



### 正しい手洗い方法

