

インフルエンザに ご注意を

体内に入れない！



マスクの着用
咳エチケット



こまめな手洗い



こまめな換気

免疫力を高めて発症させない！



バランスのとれた食事



適度な運動



十分な睡眠

インフルエンザ予防接種で発病と重症化を防ぐ！



インフルエンザ予防接種については、かかりつけ医や
お近くの医療機関にご相談ください。



甲府市保健所 医務感染症課 感染症係
お問い合わせ：055-237-8952