

市民の皆さまへ

感染症予防対策を心掛けましょう

インフルエンザ患者増加の報告に加え、新型コロナウイルスに関連した肺炎の発生の恐れも出てきました。

～かからない・うつさないために以下の点にご注意ください～

流水と石鹸で手洗い



とくに外出後や咳をした後、口や鼻を触る前には手洗いを行いましょう。洗顔まで行うと効果的です。

咳エチケットの実践



咳やくしゃみをする時は、マスクの着用や、口・鼻をティッシュなどで覆い周囲への感染を防ぎましょう。

換気と湿度の維持



室内はこまめに換気をしましょう。また、湿度は50%～60%に保ちましょう。

人混みを避ける



密閉された室内や、繁華街への外出をひかえましょう。

十分な睡眠とバランスの取れた食事



抵抗力をつけて感染症にかからないようにしましょう。

かかったかな？
と思ったら

武雄市役所 健康課
☎ 23-9131

* 早めに医療機関を受診しましょう。
* 咳や発熱等の症状がある場合には、必ずマスクを着用しましょう。