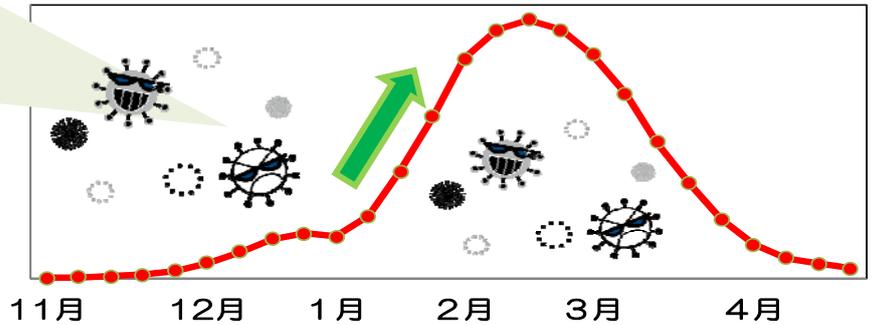


# 咳エチケットを心がけましょう！

インフルエンザの患者の推移(京都市・5年平均)



インフルエンザが流行する季節がやってきました。

インフルエンザは、咳やくしゃみなどで、人から人にうつるので、「咳エチケット」が大切です！



## 咳エチケットの3つのポイント

① 咳・くしゃみがでる時は、  
使い捨てマスクをしましょう！



② マスクがない時は、  
なるべく他の人から顔をそむけ、ティッシュなどで、口と鼻を覆いましょう！

覆ったティッシュは、ふた付きのごみ箱に捨ててください。

③ 咳・くしゃみを手で押さえた時は、  
すぐに、手を洗いましょう！



※感染症の予防のためには、手洗い・うがいをしっかりとしましょう。

★気になる症状があるときは、かかりつけの医療機関に相談してください★