

# 京都市こどもの感染症

## インフルエンザを 予防しましょう



### 手洗い・うがいの 習慣化

感染予防の基本です。  
しっかりこまめに行いましょう。



家族みんなで  
感染予防!!

### 十分な休養 バランスの良い食事

体力をつけ、抵抗力を高めることで  
かかりにくくなります。

### 予防接種

予防のためには、  
早めの予防接種が効果的です。



### 咳エチケット

咳やくしゃみがでたら、  
マスクを着用しましょう。



### 予防接種の 注意点

- インフルエンザワクチンは、**毎年接種する必要があります**。
- 13歳未満の方は、おおむね4週間あけて、2回の接種が基本です。
- 費用は自己負担です。
- インフルエンザ予防接種協力医療機関で接種が開始されています。

★詳しくは、お近くの保健センターにお問い合わせください★

### ◆内容に関するお問い合わせ先◆

- お近くの保健センター
- 京都市保健福祉局 保健医療課 (TEL:075-222-4421 FAX:075-222-3416)
- 京都市衛生環境研究所 管理課 (TEL:075-312-4942 FAX:075-311-3232)

(衛生環境研究所のホームページからご覧いただけます。)

