

# インフルエンザを 予防するんジャー



君もできる！3つの予防法！



## 手洗い！

流水と石けんでこまめに  
手を洗おう。



## 食事と休養！

バランスのよい食事と  
十分な休養を取ろう。



## ワクチン接種！

インフルエンザワクチン  
を早めに接種しよう（※）。

（※）ワクチン接種は、医療機関に御相談ください。なお、ワクチン接種は自己負担になります（高齢者の方は一部助成があります。）。



詳細については、衛生環境研究所ホームページを御覧ください。

