

## 感染予防のための9か条



かぜやインフルエンザ、  
嘔吐下痢症や食中毒の発生が  
心配されています。



### 可能な限り守っていただきたいこと

- ①食事は可能な限り加熱したものをとるようにしましょう
- ②安心して飲める水だけを飲用とし、きれいなコップで飲みましょう
- ③ご飯の前、トイレの後には手を洗いましょう  
(水やアルコール手指消毒薬で洗ってください)
- ④おむつは所定の場所に捨てて、よく手を洗いましょう
- ⑤居住区内では土足禁止とし、外に出るときは履物を履きましょう



### 症状があるときは

- ⑥咳が出るときには、周りに飛ばさないように口をおおいましょう  
(マスクがあるときはマスクをつけてください)
- ⑦熱っぽい、のどが痛い、咳、けが、嘔吐、下痢などがあるとき、  
特に周りに同じような症状が増えているときには、  
医師や看護師、代表の方に相談してください
- ⑧熱やせきが出ている人、介護する人はなるべくマスクをしてください
- ⑨次の症状がある場合には、肺炎の可能性があるかもしれません  
早めに医療機関の受診ができるように、  
医師や看護師、代表の方に相談してください
  - ・咳がひどいとき、黄色い痰が多くなっている場合
  - ・息苦しい場合、呼吸が荒い場合
  - ・ぐったりしている、顔色が悪い場合



\* 特に子供や高齢者では症状があらわれにくいことがありますので、周りの人から見ていつもと様子が違う場合には連絡してください