

インフルエンザ予防の、おやくそく。



かばくん、マスクをしてるね。どうしたの？



インフルエンザにかかったんだ。



インフルエンザってなあに？



とつぜん、ねつがでてコンコンってせきをしたり、ハクションってくしゃみができるびょうきだよ。せきやくしゃみでおともだちにうつっちゃうんだって。だからマスクをしているんだよ。



マスクをしたら、うつさないの？



うん。せきやくしゃみをして、マスクをしていたらまわりのおともだちにしぶきがとばないだよ。ほく、おともだちがほくとおなじようにインフルエンザにかかってしんどくなるの、イヤなんだ。



せきやくしゃみがあるときは、マスクをするとたいせつなおともだちにうつすのをふせげるんだね。



そうだよ。あと、おそとからかえったら手もあらおうね。



ふたりともインフルエンザよぼうについてよくしてますね。マスクは、ただしくつけないことがたいせつなの。いっしょにマスクのつけかたをおべんきょうしましょうね。

ひもをおみみにかけて、おはな・おくち・あごをおおいましょう。はりがねをおはなのかたちにおりまげて、できるだけすきまができないようにしてね。マスクをつけたら、おとなのひとにみてもらってね。

マスクはただしくつかいましょう。マスクであそばないでね。

マスクは、つかいすてましょう。



きゅうなせき・くしゃみ！でもマスクがないときは？



とっさにでそうなときは、おともだちとはんたいのほうをむいて、ティッシュなどでおくちとおななをおおいましょう。おそとに行くときは、かばんにマスクをいれておくことがおすすめです。これが、インフルエンザよぼうのおやくそく。

《注意》

マスクは咳やくしゃみのしぶきが飛散することを防ぐのに役立ちますが、完全に防げるものではありません。咳エチケットと併せて、インフルエンザ予防対策を行うことが重要です。

- ▶ 手洗いの実施
- ▶ インフルエンザ流行時は、人混みをさける
- ▶ 栄養を摂って、よく眠り、免疫力を低下させないようにする

等