

# 感染予防のための8カ条



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 ごはんの前、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



## 症状があるときは

- 5 咳が出るときには、周りに飛ばさないようにクチをおおいましょう  
(マスクがあるときはマスクをつけてください)
- 6 熱っぽい、のどが痛い、咳、けが、嘔吐、下痢などがあるとき、  
特にまわ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。
- 7 熱や咳が出ている人、介護する人はなるべくマスクをしてください。
- 8 次の症状がある場合には、肺炎の可能性も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

※特に子供やお年寄りでは症状が現れにくいことがありますので、まわりの人から見て何かいつもと様子が違う場合には連絡してください。