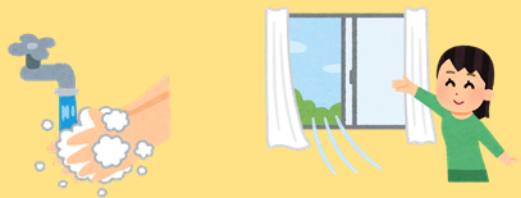


# 感染予防を日常に～実りの秋を元気に過ごそう～

秋の行楽シーズンを迎え、人が集まる場所へ出掛ける機会が多くなります。  
ご自身や身近な人（特に高齢者や基礎疾患がある人）のため、感染予防対策と事前の備えを確認しましょう。

まずは、予防！



**手洗い・手指消毒・換気**  
をしましょう！

外出後・食事前やトイレの後は、  
しっかりと手を洗いましょう！

体調不良の時は？



発熱等の症状がある時は、  
**無理をしない！**

※医療機関を受診する場合は、事前に連絡  
し、受診の際はマスクを着用しましょう。

感染は、突然！



体調不良時に備えて、  
市販薬や日用品などの  
必要最低限を**備蓄**しましょう！

日々の寒暖の差が大きく、体調を崩しやすい季節です。  
日頃から体調管理に気をつけましょう！



北海道

一般社団法人  
北海道医師会  
特定非営利活動法人  
北海道病院協会

道内の感染症情報は**こちら**▶



疾患別情報は**こちら**▶

