

# 感染予防を日常に～今年の夏は楽しく過ごそう～

夏休み・お盆の帰省など、普段会わない人との接触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）のために、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、  
日頃から**備蓄**をしましょう！

### 備蓄のオススメ

- ・抗原定性検査キット
- ・市販の解熱鎮痛剤等の薬
- ・日用品
- ・保存のきく食べ物や飲み物

厳しい暑さで体調を崩しやすくなる季節です。  
**新型コロナウイルス以外の感染症・熱中症や食中毒などにも**  
注意しましょう！

