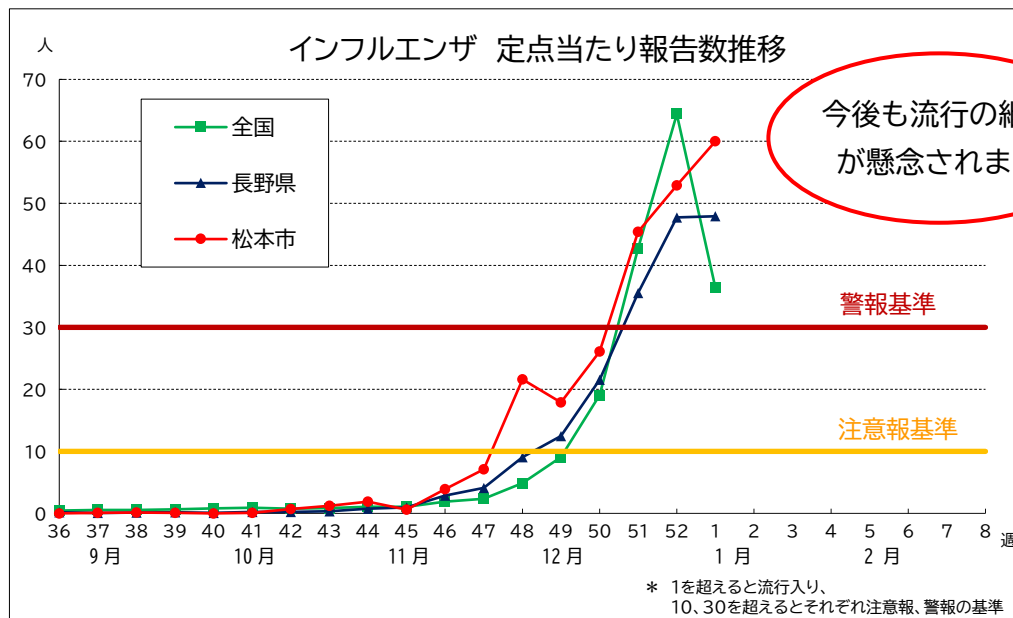


気をつけよう！感染症（令和7年第1号）

令和7年1月10日発行
松本市保健所保健予防課

いま気をつけたい インフルエンザ

インフルエンザ警報 継続中！



予防のポイント

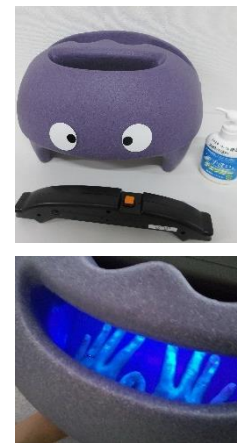
- 石けん・流水による手洗い、アルコール消毒の徹底
- こまめな換気・適度な湿度（50～60％）の保持
- マスクの着用・咳エチケット
- インフルエンザワクチン接種

洗い残しに要注意！



指の間や、指先、手首は注意が必要です。手を洗う時は、これらの部分を意識して、ていねいに洗いましょう。

手洗いチェッカーを使って、日頃の手洗いを見直しませんか？



○感染症予防の基本は手洗いです

松本市保健所では、正しい手洗いを学んでいただくために、手洗いチェッカーの貸出しを行っています。

○手洗いチェッカーとは

蛍光ローションを汚れに見立てて手に塗り、普段通りの手洗いをします。手洗い後に洗い残しがあると蛍光ローションが白く光るため、適切な手洗いができるか確認することができます。

○予約方法

電話予約：0263-40-0702（松本市保健所保健予防課）

詳しくはこちら▶

[インフルエンザについて（松本市ホームページ）](#)

[手洗いチェッカーの貸出しについて（松本市ホームページ）](#)

インフルエンザ 手洗いチェッカー

