

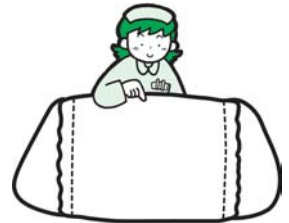
### 手洗いの注意点

- ・手洗いは石鹸を用い、15秒以上洗いましょう。
- ・アルコール製剤によりウイルスの多くは死滅するため、手洗いとアルコール消毒を併用するとよいでしょう。



### 咳エチケット

- ・咳、くしゃみ際にはティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむけましょう。
- ・使用後のティッシュは、すぐにふた付のごみ箱に捨てましょう。
- ・症状のある人は、マスクを正しく着用し、感染防止に努めましょう。



## マスク着用について

咳や発熱などの症状がある人が、咳・くしゃみによる飛沫の飛散を防ぐために、不織布製マスクを積極的に着用することが推奨されています(咳エチケット)。高い密閉性が得られるN95マスクや防じんマスクDS2は、医療従事者等が適切に着用することで効果が得られます。日常生活で使用することは想定されていません。

不織布製マスクを着用しても飛沫を完全に吸い込まないように防止することはできません。症状のある人から2メートル以内には近づかない、流行時には人混みに立ち入らない、手指を清潔に保つなど、感染予防策を優先して実施することが推奨されています。

不織布製マスクのほとんどは海外で生産、輸入されているため、事前備蓄(一人あたり20~25枚程度)が推奨されています。

出典：新型インフルエンザ対策専門家会議「新型インフルエンザ流行時の日常生活におけるマスク使用の考え方(2008年9月22日より)」

## フッ素塗布のお知らせ

- 日 時 2月22日(日)  
午前9時30分~11時
- 場 所 保健福祉センター きらら館
- 対 象 市内在住の2歳6か月~  
小学校就学前の幼児
- 料 金 無料

歯をみがいてから、ご来場ください。  
フッ素塗布後1時間は飲食できません。  
概ね4~6か月の間隔でお受けください。  
駐車場が大変込み合いますので注意してお越しください。

## 「はたちの献血」キャンペーン月間

冬場から春先にかけては、年間で最も輸血用血液が不足しがちです。また、少子高齢化により、今、健康で若い皆さんの一層の献血への協力が求められています。

新成人の皆さん、「はたちの記念」に献血に行きましょう!!

キャンペーン期間中、たくさんの県民の皆さんのご協力をお待ちしています。

- 期 間 2月28日(土)まで
  - 会 場 栃木県赤十字血液センター、  
うつのみや大通り献血ルーム
- 献血バスの予定については、栃木県赤十字血液センターのホームページ(<http://www.jrcbc.jp/>)をご覧ください

- 献血のできる方
  - ・16歳から69歳までの健康な方(65歳以上の献血については、60~64歳の間に献血経験がある方)
  - ・1980年~96年までの間にイギリス滞在歴のない方
  - ・海外から帰国後4週間が経過している方

問い合わせ先

栃木県保健福祉部薬務課  
☎028-623-3119