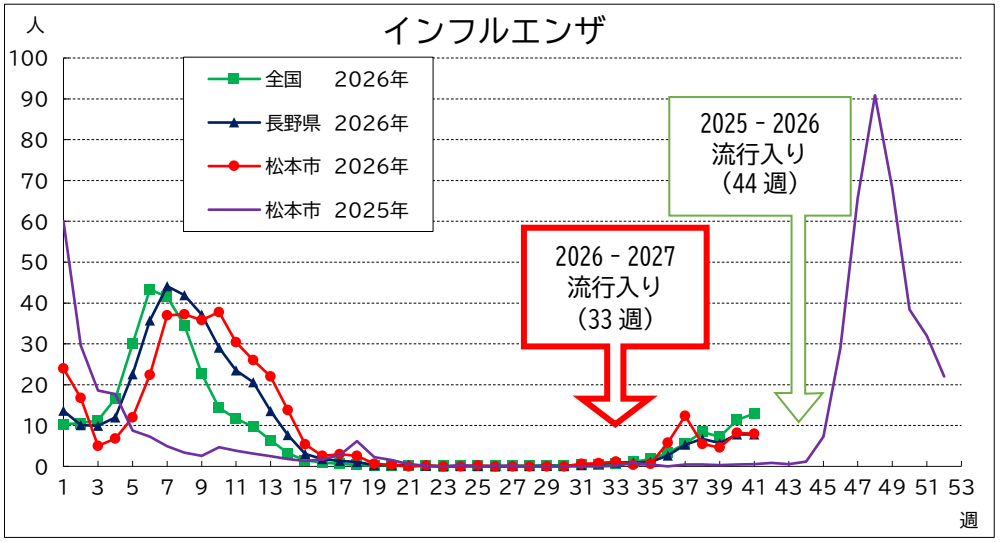
気をつけよう！感染症（令和 8 年第 10 号）

令和８年 10 月発行
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

インフルエンザが流行期に入っています

定点あたりの患者数が 33 週（8 月 10 日～8 月 16 日）に流行の目安となる 1.00 人を超え、昨年と比べ 2 か月程度早く流行期に入っています。
集団発生も報告されており、注意が必要です。
以下の点に留意し、**「かからない」「うつさない」**ように十分注意しましょう。



予防のポイント

〇石けん・流水による手洗い、アルコール消毒の徹底
〇こまめな換気・適度な湿度（50～60%）の保持
〇マスクの着用・咳エチケット
〇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？





〇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。

〇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ているか確認することができます。

〇問い合わせ先
　松本市保健所保健予防課　電話：0263－40－0702
　（月～金　祝日・年末年始除く　8：30～17：15）

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