

季節性インフルエンザが流行しています

⚠改めて**基本的な感染対策**を心がけましょう。

手洗い・手指消毒



食事の前後、外出後など

換気・マスク着用



こまめな換気や
場面に応じたマスク着用を

体調管理



体調不安がある場合は
無理せず自宅療養を

救急医療を受診するか迷ったらこちらに相談してください

とちまる救急安心電話相談 ☎

大人(概ね15歳以上)は

#7119

または(028-623-3344)

子ども(概ね15歳未満)は

#8000

または(028-623-3511)



開設時間(#7119・#8000)

月曜日～金曜日:16:00～翌朝10:00 土・日・祝休日:24時間

※相談者の参考としていただくための
助言であり、医療行為ではありません
※開設時間外はかかりつけ医や、近隣の
医療機関へご相談ください

高齢の方と会ったり、
大人数で集まったりする場合は、
マスクの着用を含めた感染対策
へのご協力をお願いします

