

インフルエンザ流行中!!

●インフルエンザの予防



- ① 外から帰宅時は手洗い・うがいをする。
- ② 人混みへの外出は避ける。
- ③ こまめに部屋の換気をする。
- ④ 栄養のある食事と十分な睡眠・休養をとる。
- ⑤ 外出時はマスクをする。

●インフルエンザの症状

突然38〜40度の高熱が出て2〜3日続き、頭痛や関節痛、全身の倦怠感などの全身症状がある。熱が下がり始めると、咳や鼻水が出る。

●注意事項



インフルエンザの場合は、解熱後2日は出席停止です。

インフルエンザと思われる症状が出た際は、[電話](#)で保健管理センター、または医療機関に相談しましょう。



香川大学保健管理センター

☎ 087-1832-11282