



きぼう

ほうかん通信

2025 年 10 月

ライフサポートNEO

検索

発行：訪問看護ステーションきぼう／住所：佐賀市兵庫南2丁目4番22号／電話：(0952) 29-2600

流行前に

+

インフルエンザの 予防接種を受けましょう



- インフルエンザは、例年11月頃から患者が増え始め、12月～3月頃にかけて流行します。流行前、早めの予防接種が大切です。

ワクチンの効果

- + 発症を予防する
- + 症状を軽くする
- + 重症化を予防する

接種時期

効果は接種の約2週間後から約5ヶ月間続くと言われています。流行前に接種を受けましょう。

予防接種後も、うがい・手洗い・マスク着用などの感染予防をしましょう。

正しい手の洗い方



流水で手をぬらす



石けんを手に取りよく泡立てる



手のひらをにすり合わせる



手の甲を伸ばすようにこする



指先・爪の間を念入りにこする



指の間をこする



親指と手のひらを洗う



手首を洗う



流水でよく泡を洗い流す



ペーパータオルなどで水気をよくふき取る

看護のことでお困りのことがあれば
お気軽にご相談下さい

訪問看護ステーションきぼう
0952-29-2600 緒方まで