

インフル早期流行！

「今こそ現場で打つべき予防策」



手洗い・換気・ワクチン接種で職場を守ろう。

✓ うがいの徹底



やるタイミング

出勤時 / 休憩前後 / 昼食後 /
トイレ後 / 作業終了後（帰宅前）

やり方

うがい手順（30秒）：

「口に含む→のどの奥でガラガラ
→吐き出す→もう一度」×1～2回。

編集後記

今年はインフル早期流行。一般接種は10/26以降が目安。
出勤前の体調確認と手洗い・うがいを徹底し、特に「うが
い」こそ最強の防御です。
休憩の合図は「**まずうがい**」として習慣化よろしくお願
いします。

✓ 職場でできる5つの行動

★出勤前の体調自己チェック

発熱・咳・倦怠感のチェックを！

★密を避ける

休憩室の換気と座席間隔の確保！

★手洗い・うがいの徹底

「うがいタイム」アナウンスを！

★症状がある場合は必ずマスク着用

作業で近接が避けられない場面は常時
マスクを着用しましょう。

★職場内での早期ワクチン接種の周知

定期接種対象（高齢者等）は10月1日開
始、それ以外の一般接種は10月26日以
降の実施が基本案内となっています。