

# インフルエンザ感染を防ごう

## ◇インフルエンザの感染力は非常に強いです

感染すると高熱が出ることが多いですが人によっては症状が軽い場合もあります。  
「熱があまりないから」「これくらいなら学校にいけそう」と自己判断はやめましょう。  
症状が軽くてもインフルエンザに感染しているのは事実です。  
学校に来たり仕事に行ったりして友人など周りの人にうつしてしまいます。  
インフルエンザと診断されたら医師の指示に従いしっかり療養しましょう。

## ◇インフルエンザに感染しないために

### ・感染経路を断つ

普段から栄養と睡眠を十分にとり体の抵抗力を高めましょう  
人ごみに出るときはマスクを着用する  
こまめに手洗いをする

### ・ワクチン接種も対策の一つです

ワクチンで感染を100%防ぐことはできませんが重症化を防ぐ効果があります  
ワクチンの予防効果は接種後2週間から5か月程度と考えられます  
流行する前に十分な免疫を獲得しましょう  
持病のある方はかかりつけ医に相談しましょう

## ◇公欠証明・出席停止に関すること

[https://osaka-kyoiku.ac.jp/university/center/library\\_center/hoken/kansensyo.html](https://osaka-kyoiku.ac.jp/university/center/library_center/hoken/kansensyo.html)

大阪教育大学 保健センター  
柏原キャンパス 072-978-3811  
天王寺キャンパス 06-6775-6652

\*保健センターHP

