

# 新型インフルエンザの知識と対策

誰もが免疫を持たない新型インフルエンザ発生の懸念が高まっています。  
パニックを引き起こさないためにも今から準備を心掛けましょう！

## 新型インフルエンザとは？

鳥インフルエンザが変異して人から人へうつる人にとっての新型のウイルス

季節性インフルエンザ	高病原性鳥インフルエンザ	新型インフルエンザ
日本では毎年冬に流行するインフルエンザ	鳥のあいだで流行しているインフルエンザ	まだ発生していない未知のウイルスによるインフルエンザ
人⇄人	鳥⇄鳥→人	人⇄人

新型インフルエンザは10～40年に一度くらい発生(20世紀には3回)  
多くの人に免疫がないため大流行する可能性があります

## <今から出来る準備>

- 食料・日用品を蓄える(最低2週間は買い物なしで生活できるように)  
米・乾麺・缶詰・レトルト食品・冷凍食品  
水・トイレトペーパー・マスク(一人20～25枚くらい)など
- 正しい衛生習慣を身に付ける  
外出から帰ったらうがいと手洗いを  
日頃から睡眠をよくとり体調を整えておくなど従来のインフルエンザの予防対策を実行する
- 咳エチケットを守る
- 助け合いの輪をつくっておく
- 鳥インフルエンザへの注意弱ったり死んでいる野鳥は素手では触らない
- 新型インフルエンザの情報をチェックする

