

インフルエンザ予防

熊本県内がインフルエンザの流行期に入りました。

例年より早い流行入りです。

手洗い・うがいなどの
基本的な感染対策を心がけましょう！

今からできる 予防策

01

手洗いまたは
アルコール消毒・うがい

こまめに行い、ウイルスを体に入れない！



マスクの着用

人混みや体調不良時はマスクを着用しましょう。

02



03

換気・加湿

空気の入替えと適度な湿度でウイルス対策！



十分な睡眠と栄養

免疫力を高めて、
風邪やインフルエンザに負けない体づくりを！

04



体調管理に気をつけて、元気に秋・冬を迎えましょう！

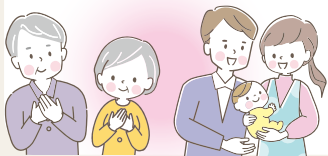
健康状態の観察、
医療処置



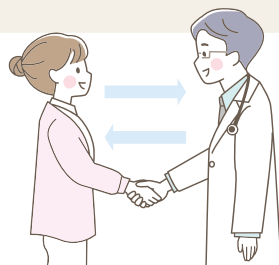
リハビリ、
生活支援など



小児から高齢者まで
幅広く対応



地域密着、
地域連携



精神科訪問も可能



24時間・
365日対応



こんなことで
お悩みはありませんか？

訪問料金が気になる...

こんなことで使えるのかな...



＼ まずはご相談を！ ＼

どんな小さなことでもお気軽に
ご相談ください。
住み慣れたご自宅で、安心して
療養生活を送れるよう
サポートいたします。



私たちがご自宅へお伺いします！



MAP



訪問看護ステーション
あまてらす かみましき

TEL 096-367-5550

861-2234 上益城郡益城町古閑 55-3-3