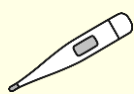


# この冬、コロナ・インフルエンザ同時流行に備えて



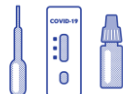
熱が出たときのために、検査キットや解熱鎮痛薬、食料品などをあらかじめ準備しておきましょう。

## 医薬品等の例

### 市販の新型コロナ抗原検査キット

国が承認したキットを選びましょう。

〔「体外診断用医薬品」または「第1類医薬品」と表示〕



### 市販の解熱鎮痛薬

厚生労働省や都薬剤師会のホームページを参考にしましょう。



### 体温計

電池残量も確認しましょう。

### 生活必需品

手指消毒剤、洗剤、ゴミ袋、衛生用品、トイレトペーパー、ティッシュペーパーなど



## 食料品の例

### 水分補給ができるもの

スポーツ飲料、経口補水液、ゼリー飲料など



### 体調がすぐれない時でも食べやすいもの

レトルトのおかゆ、パックごはん、うどんなど

### 調理せずに簡単に食べられるもの

レトルト食品、缶詰、即席スープ、インスタント味噌汁、冷凍食品など

1週間分を目安に備えましょう。



ワクチン接種をご検討ください。

## 新型コロナウイルスワクチン

✓オミクロン株に対応したワクチンは、従来型を上回る効果が期待されます。

1・2回目接種を完了した**12歳以上**で、前回の接種から**3か月以上経過**している方が接種可能です。

**1人1回**接種できます。

詳しくはこちら →



## インフルエンザワクチン

✓接種を希望する方は、お早めに接種をお願いします。

新型コロナワクチンの接種と間隔を空けず、同時接種が可能です。

区市町村での接種はこちら →



都の接種会場でのコロナワクチンとの同時接種はこちら →



手洗い・マスク着用・換気などの基本的対策も忘れずに