

この冬お子様の健康を守るために:

親ができる予防対策

冬のウイルスが流行するシーズンが到来しました！インフルエンザ、RSウイルス感染症(RSV)、風邪などが国内中で急速に拡大しています。新型コロナウイルス感染症も引き続き人々に感染しています。幸いなことに、このホリデー・シーズンにお子様の安全と健康を守るためにできる対策はたくさんあります。

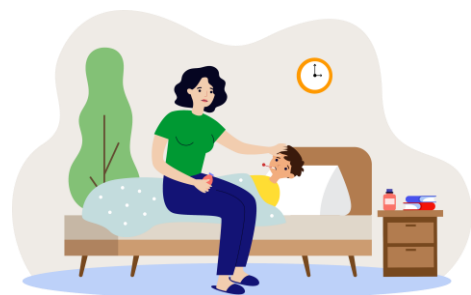


- **現時点で接種可能なCOVID-19やインフルエンザの予防接種を全て受けましょう。インフルエンザや新型コロナウイルスワクチンはお子様に重症化予防の効果があります。**
 - 生後6ヶ月以上の方は季節性インフルエンザワクチンを受けてください。
 - 5歳以上の方は従来ブースターワクチンを1回以上接種している場合でも最新のブースターワクチンを今シーズン受けてください。最新のブースターワクチンを受ける時期は最後の初回接種または従来ブースター接種を受けてから少なくとも2ヶ月後になります。
 - 生後6ヶ月から4歳までの乳幼児は新型コロナウイルスのブースター接種を受けることがまだできませんが、ワクチンを受けていないお子様は今すぐに始めましょう！
 - 新型コロナウイルスワクチンとインフルエンザワクチンを同時に接種しても何も問題はありませ
 - 詳細はこちらをご覧ください。

ph.lacounty.gov/covidvaccineschedules

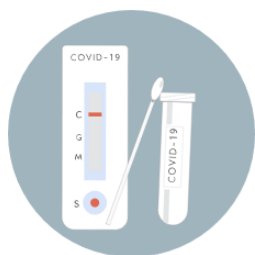
- **公共の場ではしっかりとフィットするマスクを着用しましょう。**マスクを着用することで新型コロナウイルスだけでなく、あらゆる種類の呼吸器系ウイルスの拡散を遅らせることができます。2歳以上のお子様はフィット感のある、ろ過効果の高いマスクをつけさせましょう。詳細はph.lacounty.gov/masksをご覧ください。
- 特に人が集まって飲食するような場合は、**屋外スペースを選びましょう。**混み合った屋内は避けてください。人で混み合う場所などで用事を済ませなければいけない場合、できるだけお子様は家でお留守番させましょう。





- 換気を改善しましょう。屋内にいない場合窓やドアを開け、扇風機やポータブル空気清浄機を使用しましょう。
- おもちゃや遊具など、頻繁に触れる物の表面を掃除しましょう。
- 咳やくしゃみをカバーしましょう。お子様が咳やくしゃみをする際はティッシュで口や鼻をカバーさせてください。
- 特に咳やくしゃみをした後やトイレの使用後、食事の準備をする前などに頻繁に手を洗いましょう。洗っていない手で食べたり、顔を触ったりしないよう注意してあげてください。
- お子様の体調が悪い時は家に待機させてください。学校やデイケア、ホリデーイベントなどに行かせてはいけません。泊り客や友人たちも体調が優れない人には家で待機するようにお願いしましょう。

- **現時点で接種可能な新型コロナウイルスやインフルエンザワクチンをご家族の皆様が全て済ませるまで旅行は控えましょう。旅行前後に検査を受けてください。**



- 症状がある、または感染者と接触があった場合は、現時点で接種可能なワクチンを全て済ませていても**新型コロナウイルス感染症の検査を受けてください**。新型コロナウイルスの重症化リスクの高い方たちと集まる場合は特に検査を受けることが推奨されます。

現時点で接種可能な新型コロナウイルスやインフルエンザワクチンを全て済ませている場合でも**ご自身のリスクを軽減させましょう**。
安全対策に関する詳細は ph.lacounty.gov/reducerrisk をご覧ください。