

インフルエンザの季節が やってきました。

今年は平年より少し早めで、10月下旬から
インフルエンザの患者さんがみられるようになりました。
はやくも近隣の小学校では学級閉鎖になったところもあ
るようです。

予防接種をすることはもちろん、
手洗い・うがい、人混みをさける、規則的な生活習慣を
心がけ、好き嫌いをせず 特に緑黄色野菜をとるような
食生活にしましょう。

もし、インフルエンザを疑って受診する際はネット予約
をとることをお勧めします。

待ち時間が少なくてすむので、お子さんの負担も軽減で
きると思います。また、メール登録をしていただくと
『5 番前』にメールが送信されますのでご活用下さい。