

# インフルエンザをうつさないために、 マスクの着用を!

Wear a **mask** to prevent the spread of **influenza**!



## インフルエンザをうつさないために 知っておいて欲しいこと

咳やくしゃみによりインフルエンザウイルスが含まれた飛まつが拡散する距離は約1~2mになります。  
マスクをすることで、飛まつ拡散を抑えることができます。

## Know what to do! Fight the spread of the flu!

When you cough or sneeze, particles can travel 1-2 meters in the air.  
By wearing a face mask, you can prevent the spread of the virus!

## インフルエンザの予防、まん延防止のため

To protect yourself and others from the influenza virus:

### マスク着用



**Wear  
a face mask**

### 手洗い



**Wash  
your hands**

### 咳エチケット を忘れずに



**Cover  
your mouth**