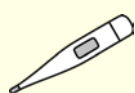


# この冬、コロナ・インフルエンザ同時流行に備えて



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

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

✓65歳以上の方等の定期接種の対象で  
接種を希望する方は、お早めに接種を  
お願いします。

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