



ほけんだよん 12月

令和6年12月2日
 水海道中学校夜間学級
 保健室

感染症を予防しよう!

現在、インフルエンザや、コロナウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎など、様々な感染症が流行しています。感染対策をしっかりと、冬を元気に過ごしましょう!

ウイルスはどうやって体の中に入ってくるの?

空気感染 空気中にただよっているウイルスを吸いこむことで、体の中にウイルスが入っていくよ。

接触感染 ドアノブなど、たくさんの人が触る場所にウイルスがついていることがあるよ。そこを触った手で目・鼻・口などを触ると、体の中にウイルスが入っていくよ。

飛沫感染 せきやくしゃみをする時、つばと一緒にたくさんのウイルスが飛び散るよ。それを周りにいる人が吸いこむことで、ウイルスが体の中に入っていくよ。

えちけつとせきエチケットをしよう!

ウイルスは、せきをする時約3メートル、くしゃみをする時約5メートル先まで飛んでいきます。せきやくしゃみをする時は【①マスクをする/②ハンカチでおさえる/③服の袖でおさえる】ようにしましょう。

ウイルスから体を守るために大切なこと~

