

冬は色々な感染症が流行しやすい時期です。感染経路を知り、正しい方法で予防していきましょう！！

## 飛沫感染

くしゃみや咳などで飛び散った液や鼻水から感染  
咽頭結膜炎（アデノウイルス）  
**インフルエンザ、**  
リンゴ病、おたふくなど  
**うがい**で高い予防効果

## 接触感染

発病者に接触することで感染  
病原性大腸菌、ヘルパンギーナ  
手足口病、とびひ、  
流行性角結膜炎  
（アデノウイルス）感染性腸炎  
**手洗いや消毒**  
で高い予防効果

## 空気感染

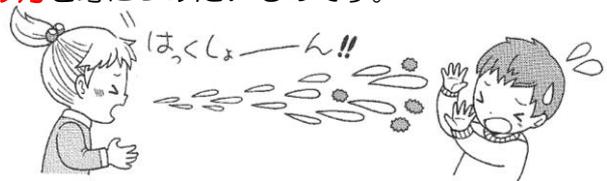
くしゃみ、咳などで飛び出したウイルスが、空気中の浮遊して感染  
水ぼうそう、結核、はしかなど  
**予防接種や感染者に近づかない**  
ことで予防

## せきエチケットとマスクのつけ方

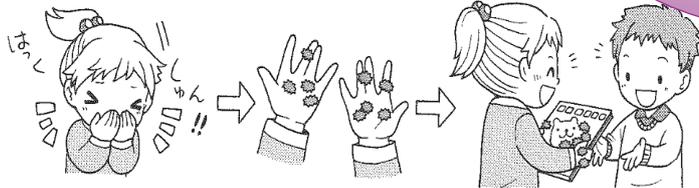
感染予防の一つとして、**せきエチケットとマスクのつけ方**を身につけたいものです。

正しくつけられるようにしておきましょう。

せきやくしゃみをする時…



インフルエンザやかぜにかかった人がマスクをつけずに咳やくしゃみをする時、菌やウイルスが外に飛び出すため、そばにいる人に感染させてしまう可能性があります。



せきやくしゃみを手で覆ってしまうと…

せきやくしゃみが出る時に手で覆ってしまうと、手のひらにウイルスや細菌がつきます。

手を洗わずにその手で、いろいろなところに触れてしまうと、そこに菌を付着させ、それを触った他の人に感染させてしまう可能性があります。

## 身につけたい せきエチケット

ほかの人に、かぜやインフルエンザなどの感染症を広げないためにもせきエチケットが大切です



マスクを着用します



ティッシュペーパーやハンカチなどで覆います。



上層のそでの内側で覆います。

### 注意すること！

ティッシュペーパーはすぐにごみ箱に捨てます。使用したティッシュペーパーには、菌がついているので、そのあとは石鹸できれいに手を洗いましょう。

### マスクの正しいつけ方外し方



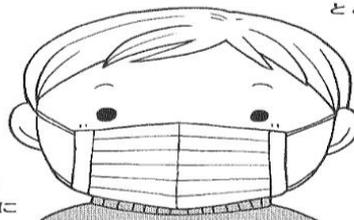
① マスクを鼻に当てる



② ひもを耳にかける



③ すき間がないようにとのえる

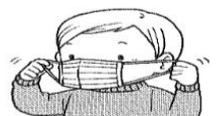


すき間がないように

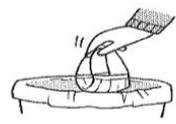
鼻をきちんと覆う

あごを覆う

### 外す時は



ひもを持って、外します。



ひもを持って、ごみ箱に捨てます。