

# 伊勢だより12月

インフルエンザ予防のための基礎知識 松阪商業高校 保健委員会

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症です。せきやくしゃみなどの飛沫や接触を介してウイルスが人から人へうつります。感染すると普通のかぜの症状に加え、急な高熱(38℃以上)や寒気、だるさ、全身の筋肉や関節の痛みなどの重い症状が出てきます。気温が低く、空気の乾燥しているこの季節は流行の危険性が高く注意が必要です。

## インフルエンザの主な感染経路

### 「飛沫感染」



せきやくしゃみで飛び散った「飛沫」の中のインフルエンザウイルスを直接、鼻や口から吸い込んでしまうことのできる。

### 「接触感染」

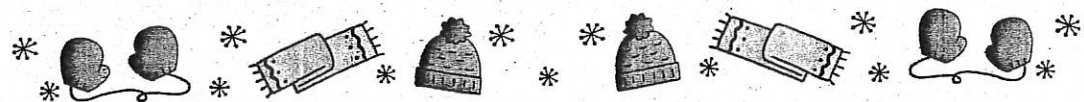


ドアノブや机、いろいろなものについているウイルスが手につき、その手で鼻や口を触ったり、食事をしたりして、体内に取り込んでしまう。

## 2枚の絵を見くらべて7つのまちがいをさがそう!!



●左奥(窓から3列目)の女子のマスク/中央奥(窓から2列目)の女子のメガネ/中央の柱近くの小窓/右奥の男子の髪型/手前の女子のシャープペンシル/前列左から2番目のイス/先生の左手の袖



## かぜは そと〜! けんこうは、うち〜!

よぼう 予防のポイントを おさえて...

- 手洗い・うがいをする
- 好ききらいせず なんでも食べる
- すいみんを しっかりとる
- のどの乾燥をふせく (マスク、加湿器など)