



今冬は、コロナ・インフルエンザ同時流行の懸念 感染症予防を徹底しましょう！

この冬は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行が心配されています。予防方法はどちらも同じです。基本的な感染症対策を気を緩めることなく行いましょう。

感染症予防の3原則！

感染経路の遮断

手洗い、手指消毒、
マスク



抵抗力を高める

十分な栄養・睡眠、
適度な運動

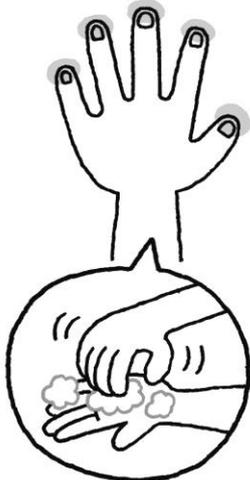


感染源の除去

人との密な接触や
人混みを避ける

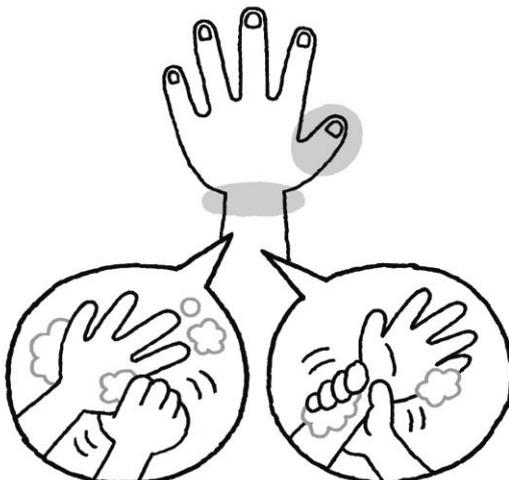
洗い残し多発！手洗い要注意ポイント

指先と爪の間



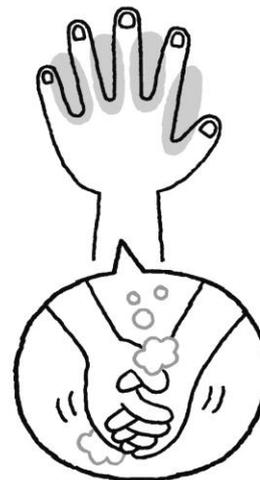
手のひらでこする

親指・手首



反対の手でねじる

指と指の間

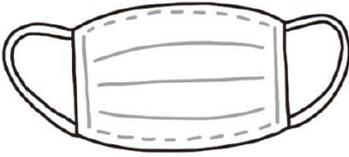


こすり合わせる

クイズで
覚えよう!

冬の感染症予防

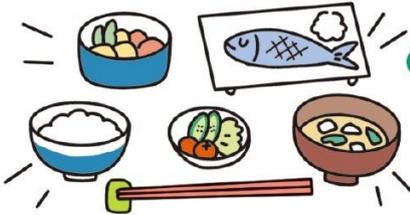
①手を洗うときにはすみずみまで洗うことのほか、
〔 〕を使うこと、水を〔 〕洗うこと、洗っ
た後に水気をしっかり〔 〕こともポイントです。



②感染を広げないためには〔 〕を。せきやくしゃ
みで出る、ウイルスがついた〔 〕をとめること
ができます。



③しめきった部屋の〔 〕はどんどんよごれていき、
感染症の原因にも。1時間ごとに10分くらい、窓
やドアを開けて〔 〕をしてください。



④病気を予防し、早くなおすために必要な、私たち
のからだの〔 〕。十分な〔 〕と〔 〕、適
度な〔 〕はここでも大切になってきます。

こたえ

①
石けん
流して
拭き取る

②
マスク
飛沫

③
空気
換気

④
抵抗力
睡眠
栄養
運動

まちがいさがし

下の2つの絵を見比べて、7つのまちがいをさがしましょう!

クリスマスはやっぱり
サンタに注目!

