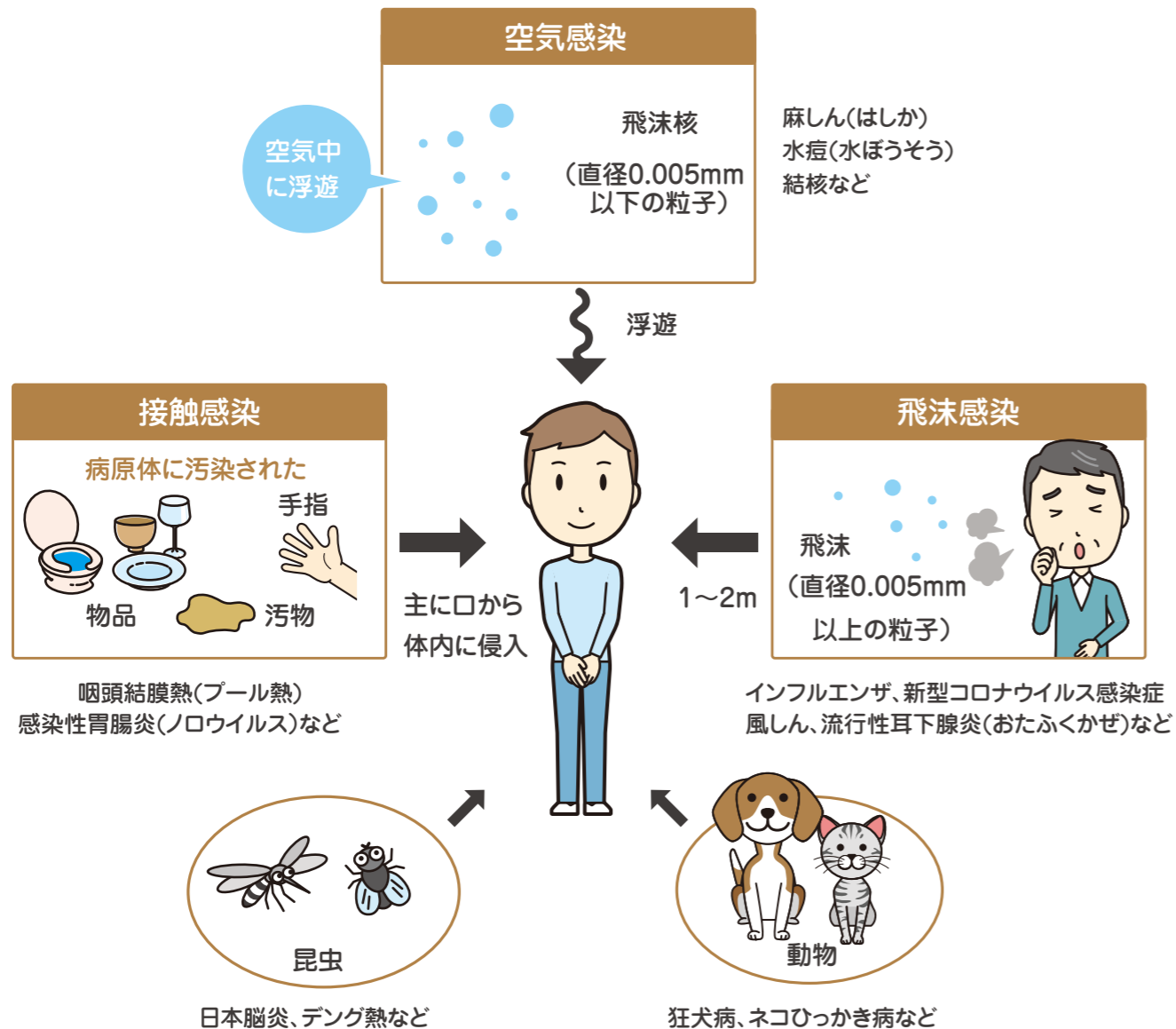


感染症について

身のまわりには、目には見えないウイルスや細菌がたくさん存在しています。
感染症を予防するためには感染経路を断ち切るための対策が必要です。

感染経路

人や物からうつる感染症と、動物などからうつる感染症があり、人や物からうつる感染症には「接触感染」「飛沫感染」「空気感染」の3つの経路があります



どうしたらいいの？

手洗い

- 帰宅時や食事前、手すり・ドアノブなど多くの人が触る場所を触った後に行う
- 30秒ぐらい時間をかけて洗う
- アルコール消毒薬は乾いた手に使い、手の全体に20秒程度すりこむ



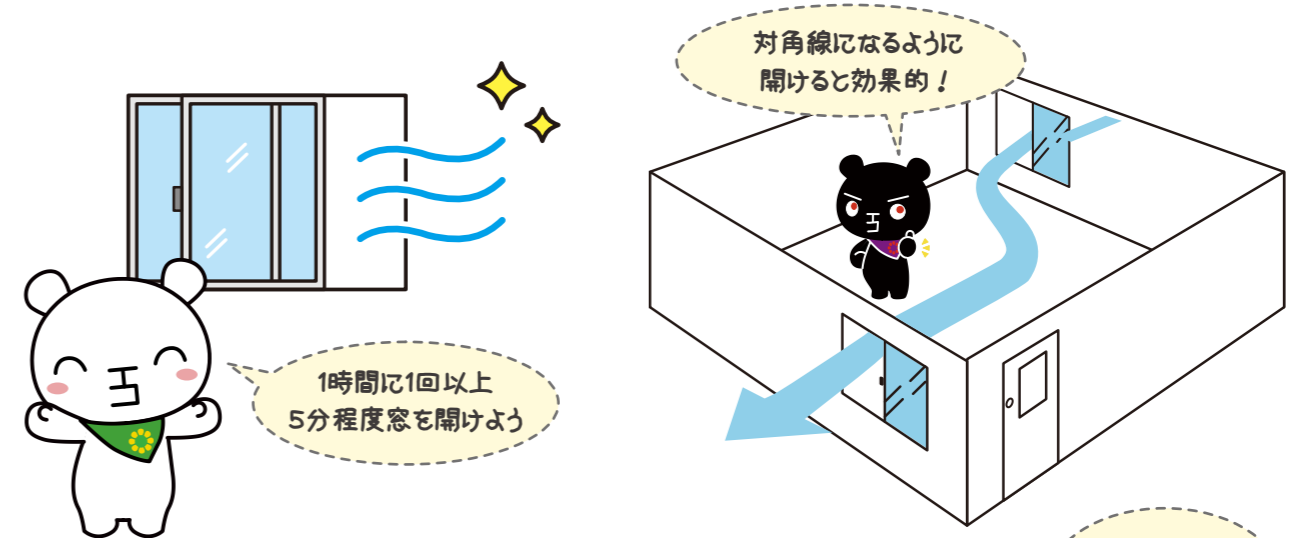
マスク

- 咳やくしゃみの飛沫を遮断する



換気

- 1時間に1回以上5分程度、窓を開ける
- できるだけ部屋の対角線となるよう窓を2カ所以上開ける



原因となるウイルスや細菌の種類によっては、症状がでる前の潜伏期間中にすでに体外に排出される場合や感染していてもまったく症状がないこともあります

