



令和2年12月2日
下関商業高等学校 定時制

寒さが厳しくなってきました。インフルエンザや感染性胃腸炎等の感染症が流行する季節です。引き続き健康管理に気を配り、元気に過ごしましょう。

冬に流行する感染症



	インフルエンザ	感染性胃腸炎
時期	1～2月	11月～2月
症状	38度以上の急な発熱 咽頭痛・鼻水・頭痛・関節痛・筋肉痛	吐き気・嘔吐・下痢・腹痛 発熱
感染経路	飛沫感染・接触感染	経口感染・接触感染
予防	予防接種 手洗い・アルコール消毒	手洗い 食品の加熱（85℃で1分以上）

新型コロナウイルス

- 飛沫感染
咳やくしゃみをしたときに飛び散ったしぶき（飛沫）を吸い込むことで感染する。
- 接触感染
ウイルスの付いた手で口や鼻、目などの粘膜を触ることで感染する。

クイズ

Q.1時間で約何回、顔を触っているでしょうか？

- ① 8回 ②23回 ③10回

手洗いの5つのタイミング

1. 公共の場所から帰ったとき
2. 咳やくしゃみ、鼻をかんだとき
3. 食事をするとき（前と後）
4. 病気の人のケアをしたとき
5. 外にある物に触ったとき



冬休みの間に治療をお願いします

今年は新型コロナウイルスの影響により、6月から11月にかけて健康診断を行いました。健康診断後、治療が必要だと言われた人は、治療は終わりましたか？
普段、アルバイトや仕事で忙しい皆さんにとって冬休みは治療のチャンスです。この機会に治療をお願いします。

