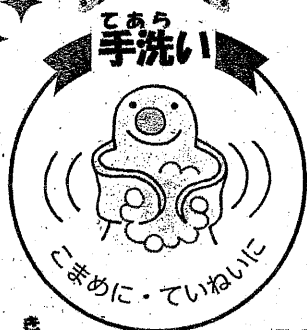




令和7年12月1日 大阪市立西天満小学校

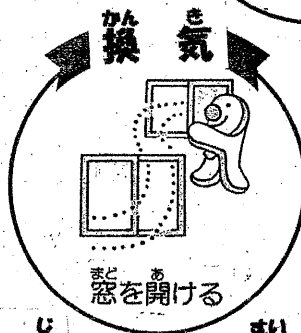
かん 感
せん 染
しゅう 症
ちゅう 注
い 意
ほう 報
自分も
まわりも

健康に
過ごすための
アクション



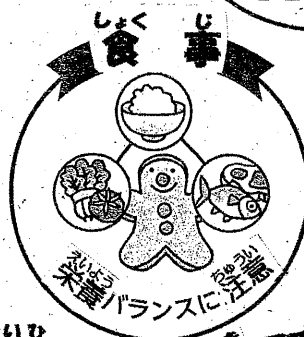
ポイント1
ウイルスを寄せ付けない

*感染源になるウイルスなどは目に見えません。
空気中に漂っていたり、気がつかないうちに
手についたりしています。換気で外に逃がす、
手洗いで洗い流すなどしましょう。



ポイント2
免疫力を高める

*もともと皆さんに備わっている免疫力を高めれば、
ウイルスが体に入ってしまった後も外に追い出したり、
やっつけたりしてくれます。



ポイント3
うつらない・うつさない

*他の人から感染するリスクを高める
行動や、自分が感染してしまったと
きにうつす危険のある行動は避けま
しょう。



気温が下がり空気が乾燥する冬。感染症流行の季節です。感染症はたくさんありますが、予防の基本は同じです。いつも通りの対策をいつも以上にしていねいに。『うがい・手洗い・早寝早起き・朝ごはん・歯みがき』は感染予防の基本です。
基本を守って元気に過ごしましょう！！

かんせんけいろつ
感染経路別

ふゆ 冬に気をつけたい病気の例

覚えておきたい4つの感染経路

ひまつかんせん
飛沫感染

*せきやくしゃみなどで、
飛び散った飛沫に含まれ
たウイルスなどを吸い
込む。

せつしよくかんせん
接触感染

*ウイルスなどがついた
ものに触れた手で、
自分の鼻や口に触れる。

くうきかんせん
空気感染

*空気の流れに乗って
漂うウイルスなどを
吸い込む。

けいこうかんせん
経口感染

*ウイルスなどがついた
ものを口にする。

ひまつ せつしよくかんせん
飛沫・接触感染

- ☑ 新型コロナウイルス感染症
- ☑ インフルエンザ
- ☑ 溶連菌感染症など

くうき ひまつ せつしよく けいこうかんせん
空気・飛沫・接触・経口感染

かんせんせいいちょうえん
感染性胃腸炎（ノロウイルス）など