

## 1 2 感染症の予防

### ○予防するために有効な対策

予防するには**(発生源)**をなくすこと、感染経路を断つこと、体の**(抵抗力)**を高めることが有効。

### ○発生源をなくす

各ウイルスの病原体を適切に

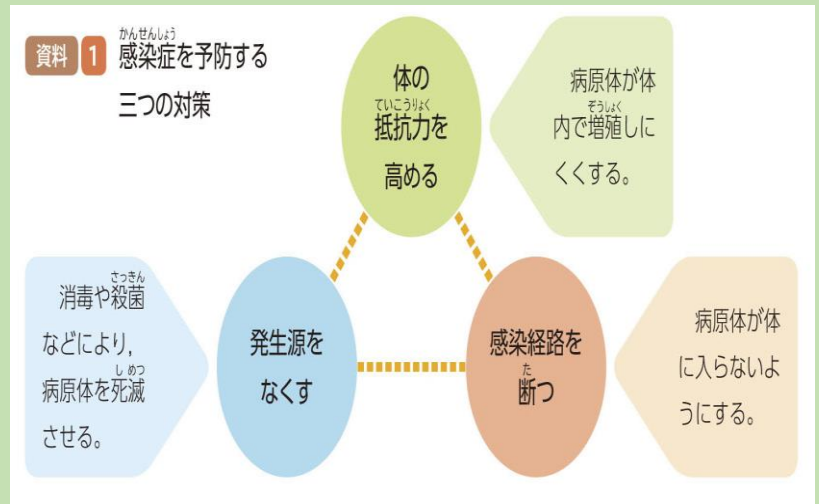
処理し、周辺を**(消毒)**することで発生源をなくすことができる。また、加熱すべき**(食品)**は加熱する、調理器具は**(熱湯)**などで殺菌することも有効。

### ○感染経路を断つ

各ウイルスは手に付いた病原体が**(口)**や目から体に入ることにより感染する。そのため、せっけんで十分に**(手洗い)**をすることで、感染経路を断つ。それ以外にも感染者のせきや**(くしゃみ)**などによって飛び散ったしぶきを直接に口や**(鼻)**から吸い込んで感染。したがって、うがい、**(人ごみ)**を避けることも有効

### ○抵抗力を高める

日頃から**(栄養)**や休養を十分にとって、**(体力)**や抵抗力を高めておくことが大切。また、**(ワクチン)**が開発されている場合は**(予防接種)**を受けて**(免疫)**という抵抗力をつけることが必要。



### 資料 3 せきエチケット

- せき、くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用する。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 鼻汁、たんなどを含んだティッシュは、すぐごみ箱に捨てる。
- せきをしている人に、マスクの着用をお願いします。

