

感染症の仕組みを知ろう！

新型コロナウイルス感染症や冬にはやる風邪やインフルエンザは、ウイルスが体内に侵入することで発症します。感染の仕組みを知って、正しい対策でこの冬を元気に乗り切りましょう。

感染経路の 1 2 3

1 飛沫感染

咳やくしゃみで飛び散った飛沫を吸い込むことで感染します。



飲み会、カラオケ、更衣室、会議室などの換気の悪い場所に注意

2 空気感染

空気中を漂う微細な粒子（飛沫核）を吸い込むことで感染します。



3 接触感染

ウイルスや菌が付着したものに触れ、その手で口や鼻、目などの粘膜に触れることで感染します。



握手
ドアノブ
タッチパネル
などに注意！

例 新型コロナウイルス、風邪、インフルエンザなど

例 新型コロナウイルス、はしか、水ぼうそう、結核など

例 新型コロナウイルス、とびひ、結膜炎など

今からできる感染対策

- 1 マスクの着用…近距離での会話を5分行くと、近距離で咳をされたのと同等の飛沫が飛散します。
- 2 手洗い・うがい…水とハンドソープでしっかり洗えば、ほとんどのウイルスを取り除くことができます。
- 3 3密を避ける…小まめな換気（1時間に2回、5分程度）をし、人との間隔を心がけましょう。
- 4 ワクチン接種…インフルエンザや小児の感染症の多くには、ワクチンがあります。感染を完全に防ぐことはできませんが、重症化を防ぐことができます。
- 5 規則正しい生活…感染するかどうかは、病原菌の感染力と体の抵抗力とのバランスで決まります。十分な睡眠や規則正しい生活で、日ごろから免疫力を高めましょう。



2021 健康カレンダーを配布します

新しい生活様式を取り入れた健康づくりのコツが満載の壁掛けカレンダーを配布します。

- とき 12月1日(火)～
- ところ 保健医療センター
- 部数 200部



健康推進課 ☎ 67-1151

市民病院に透析センターが新設されました

市民病院では入院患者さんを対象に人工透析を行っていますが、10月から新たに5台を有する人工透析センターが稼働しました。緊急用の2台と合わせ、最大7台で入院患者さんの人工透析を実施できる体制が整いました。



市民病院 ☎ 66-2200