

## 感染症にかかるリスクが高まっています！注意しましょう！

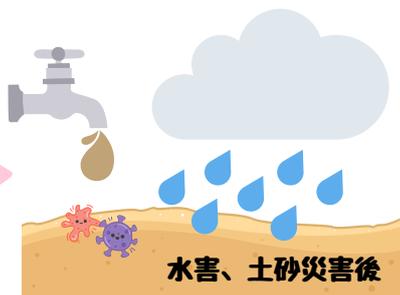
水害や土砂災害によって汚染された水や土壌と接触したとき、それがケガをした部分に触れたとき、ガレキの撤去作業をしたときなどにはさまざまな感染症にかかるリスクが高まります。そのため、こういった感染症の危険があるのを知り、しっかりと対策をすることが重要です。

### レジオネラ症



レジオネラ属菌

土壌や河川、湖水などの自然界に生息している細菌



水害、土砂災害後

粉じんを吸い込む  
汚染した水を飲む



全身のだるさ、頭痛、  
食欲不振、筋肉痛  
38℃以上の高熱、  
寒気、呼吸困難、胸痛  
意識障害、幻覚



重症化

命にかかある

### 破傷風



破傷風菌

土の中に生息している細菌



ケガした傷口などから  
細菌が侵入



口が開きづらい、あごが疲れる、  
歩行困難、排尿障害、



重症化

命にかかある

### レプトスピラ症



レプトスピラ菌

ネズミや犬、家畜などが  
持っている細菌



水害、土砂災害後

ネズミ等の糞尿で汚染した  
土や水が体内に入る



発熱、頭痛、のどの痛み、  
筋肉痛、寒気、胸痛、  
皮膚が黄色くなる、鼻血、  
出血をとまうせき



重症化

命にかかある



災害後はゴミがたまってネズミが繁殖しやすく、汚染水もたまりやすい！

# 災害にともなう感染症を予防するには



マスクをする

登下校時、外出時など砂ぼこりの多い場所を歩くときなどにはできるだけマスクをするようにしましょう！



手を洗う



うがいをする



泥や砂を素手で触らない

## さらに・・・全国的にマイコプラズマ肺炎も流行しています

### マイコプラズマ肺炎

マイコプラズマという細菌によって引き起こされる感染症。頑固なせきをとめない、子どもや若い人に多いのが特徴。

#### 主な症状



全身のだるさ



頭痛



せき



せきは熱が下がったあとも3～4週間続く



**重症化**

肺炎や中耳炎、心筋炎など全身のさまざまな部位に炎症を起こすこともある

### 感染経路



#### 飛沫感染

感染した人のせきやくしゃみ等のしぶきを吸い込む

#### 接触感染

感染者や感染者が触った物等に接触する



### 感染拡大を防ぐには



流水と石けんによる手洗い



タオルの共用はしない

マスクをする



### 保健・給食委員会による発表～目の健康について～

10/10（木）目の愛護デーに保健・給食委員会による発表を行いました。

今回の発表では「目の健康について」3つのテーマにしぼってお話しました。以下がその内容です。



#### ①スマホ、ゲームを使うときの注意点

- ・意識的にまばたきをする
- ・目薬を使い、目の乾燥を防ぐ
- ・部屋は明るくし、画面をまぶしくしすぎない

#### ②目を休める方法

- ・しっかりと寝る
- ・温かいアイマスクやホットタオルで目を温める

#### ③目にいいおすすめの食べ物

- ・ブルーベリー（疲れ目を回復する）
- ・ほうれんそう（光のダメージから目を守る）

