



平成29年(2017年)
12/20
第1450号



お済みですか 大腸がん検診…………… 3面
年末年始 窓口と施設の休業期間…… 4面
中学校生徒意見発表会…………… 6面



家に帰ったら 手洗いだよ

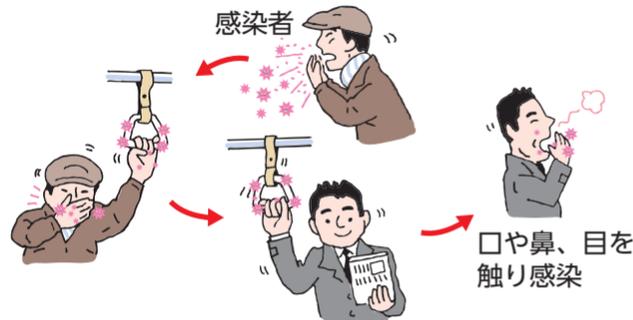
インフルエンザやノロウィルスの患者は、冬から増加します。ともに感染力が強く、1人が感染すると家族や身近な人へと感染する危険があります。感染の予防は、ウィルスを体内に入れないことが大切です。ウィルスが付きやすい手を洗うことが予防に効果的です。家族への感染の予防を、手洗いから始めませんか。問合せ 健康センター ☎042(346)3700

手洗いが大切な理由は



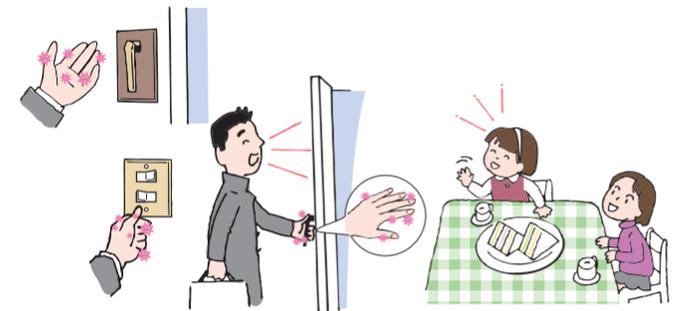
外にはウィルスがたくさんいます

外出先でいろいろな物を触った手には、ウィルスが付着していることがあります。そのため、インフルエンザなどに感染する原因の1つとして、手からの感染があげられます。



家族への感染拡大を予防

外から帰って手を洗わずに家の中で生活をする、家のさまざまな場所にウィルスを拡散させてしまいます。外で付着したウィルスを家の中に持ち込まないためには、家に帰ってすぐに手洗いをするのが効果的です。



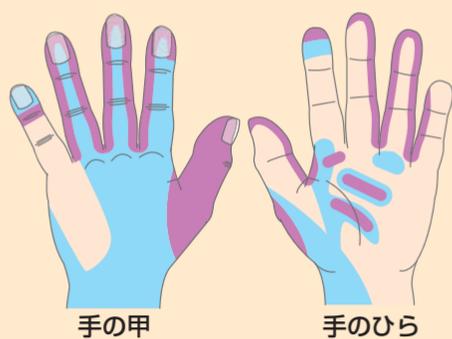
保健師からのアドバイス

手洗いのポイント

洗い残しはありませんか

せっけんを使って手を洗っても、洗い残しがあると意味がありません。洗い残しが多い指先、親指、手の甲の洗い方を紹介します。

■ 洗い残しが多いところ
■ やや洗い残しが多いところ



指先・爪を手のひらでこすります

親指をねじるように洗います

手の甲と指の間をこすります

こんな時は手洗いを

- 鼻をかんだり、せきやくしゃみをしたあと
- 車や電車など乗り物を利用したあと
- 洗顔の前
- 食事や調理の前後
- トイレのあと
- ごみを触ったあと

インフルエンザ、ノロウィルスの予防は8面だよ

