NPO法人　唐津市子育て支援情報センター

病後児保育 しろくまくんだより

～インフルエンザの予防どうする？～



どうやって感染するの？

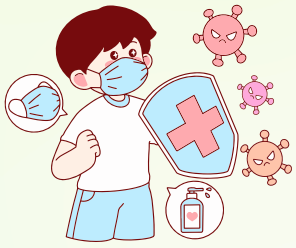
飛沫感染
感染者のくしゃみや咳、つば等の飛沫と一緒にウイルスが放出
別の人がそのウイルスを口や鼻から吸って感染する
※主な感染場所：学校や職場などの人が多く集まる場所

接触感染
感染者がくしゃみや咳を手で押さえ、
その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く
別の人がその物に触ってウイルスが手に付着、
その手で口や鼻を触って粘膜から感染する
※主な感染場所：電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチ等

インフルエンザの予防のためには、
上記の感染経路に注意が必要です！

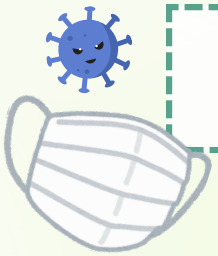
予防方法は？

- マスクの着用
- 手洗いと手指消毒
- 室内の換気
- 湿度の管理(50～60%)
- 休養とバランスのとれた栄養摂取
- 人混みや繁華街への外出を控える
- 予防接種(→下記で詳しく)



ワクチン接種はどんな種類があるの？

	注射ワクチン	経鼻ワクチン
用法及び用量	・6か月以上13歳未満には 2～4週間の間隔をあけて2回注射 ・13歳以上には1回またはおよそ 1~4週間の間隔をあけて2回注射	2歳以上19歳未満は1回 左右鼻腔内に1回ずつ噴霧する
用法および用量に関する注意	・2回接種時の接種間隔は免疫効果を考慮すると4週間おくことが望ましい ・医師が必要と認めた場合は、 他のワクチンと同時に接種ができる	医師が必要と認めた場合は、 他のワクチンと同時に接種できる



・詳細は「こどもまんなか子育て情報」のHPをご覧ください。
・厚生労働省「感染症・予防接種相談窓口」があります。
インフルエンザワクチンを含む予防接種についてもご相談できます。
詳細は厚生労働省政府広報オンラインHPをご覧ください。

参考：厚生労働省、政府広報オンライン



「インフルエンザにかかり登園・通学出来ず困った」等
お困りの際はしろくまくんにお問合せください。

りんく地図

NPO法人 唐津市子育て支援情報センター
りんく3階(東城内1-3)
病後児保育しろくまくん
TEL:0955-65-7501

しろくまくん
Instagram