



かん せん よ ぼう

ノロウイルス感染を予防しよう！

さむ じ き なか なんかい い き も わる は
寒い時期にお腹をこわしてトイレに何回も行ったり、気持ちが悪くなって吐いたりしたことはありますか？

ふゆ なか は げんいん ひと かんせん
冬にお腹をこわしたり、吐いたりする原因の一つとして、「ノロウイルス感染」があります。

かぜ おな かんせん ひと た もの
風邪と同じように「ノロウイルス」に感染している人からうつったり、食べ物に「ノロウイルス」がまざってしまっていて、その食べ物を食べてうつったりすることがあります。

い か ちゅうい じこう まも じぶん からだ まも
以下の注意事項をよく守って、「ノロウイルス」から自分の体を守りましょう！



て 手をよく洗おう！

がいしゆつ あと た まえ かなら て あら
トイレや外出の後、ごはんを食べる前には必ず手を洗いましょう。せっけんをよく泡立てて、手のひらや手の甲だけでなく、指の間、手のしわ、爪、手首なども洗いましょう。



なか お腹をこわしたり、吐いたりした時は？

がっこう せんせい ほけん せんせい いえ とう かあ
学校では先生や保健の先生、家ではお父さんやお母さんに我慢せずに言いましょう。また、吐いたものなどは自分でかたづけずそのままにしておいて、先生たちやお父さんたちにかたづけてもらいましょう。

て あら おこな
そして、手洗いをしっかりと行いましょう。
ともだち ぐあい わる ひと せんせい つた
お友達で具合の悪い人がいたら、先生に伝えましょう。

