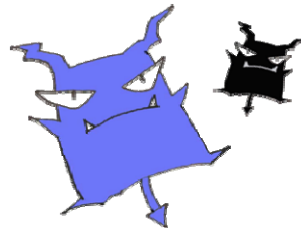


平成21年12月

# 京都市こどもの感染症



★☆☆ 去年の今ごろ、京都市で多かった感染症

1 位	2 位	3 位
感染性胃腸炎	インフルエンザ	水ぼうそう（水とう）
発熱，下痢，おう吐などが主な症状です。下痢やおう吐が続くと脱水症になりやすいので，水分補給をこまめに行いましょう。	高熱，全身のけんたい感，筋肉痛などが主な症状です。特に乳幼児はインフルエンザ脳症や肺炎などの合併症を起こす場合がありますので，発熱など気になる症状があれば，事前に電話で相談の上，マスクをして，医療機関へ行きましょう。	伝染力が強く，肺炎・脳炎・ずい膜炎などの合併症を併発することもあります。予防接種（1歳以上，1回接種）は任意ですが，集団生活をする場合は接種されることをお勧めします。感染したら，すべての発しんがかさぶたになってから登校（園）しましょう。

## ★☆☆ 手洗いの方法を見直してみよう！ ☆☆☆ ～時間をかけて，ていねいに～



感染症の予防のため，栄養，休養，睡眠を十分にとり，規則正しい生活を心がけるとともに，手洗いの方法についても見直してみましょう！  
インフルエンザの予防にも効果があります。

手洗いの  
タイミング

「外から帰ってきたら」「食事の前」「料理の前」「トイレ，オムツ交換のあと」など



1 石けんやハンドソープをつけて汚れを洗い流そう

2 「手のひら」，「手の甲」はもちろん，  
「指先」，「つめの間」，  
「指の間」まで ていねいに

3 親指を手のひらで，ねじり洗い  
手首も握って，ぐりぐり洗う



## ★☆☆ 12月1日は，世界エイズデーです！ ☆☆☆

Living Together ～いま，何をすれば良いのか聴かせて？～

エイズまん延防止のためには，市民一人一人がエイズについて正しい知識を持ち，理解を深めていくことが大切です。

京都市では，「世界エイズデー」に合わせて，エフエム京都の川原ちかよさんや，アーティストの和紗さん，CHIHOMIさんを招いてキャンペーンを行いますので，ぜひお越しください。

日時：平成21年12月5日（土）午後1時から午後5時まで

場所：新風館（京都市中京区烏丸通姉小路下ル場之町586-2）

（詳細については，保健医療課ホームページ「広報資料・お知らせ」をご覧ください。）

発行 ☆ 京都市保健福祉局 保健医療課 / 衛生公害研究所

（本号及びバックナンバーは，衛生公害研究所のホームページからもご覧になれます。）