

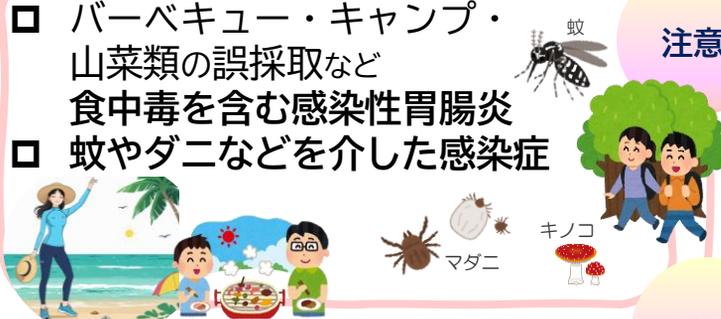
夏休み突入！ ケガも感染症も予防して楽しもう☆

海や山などの野外では・・・

人の多い場所へお出かけの方へ

接触や飲食での感染に注意

- バーベキュー・キャンプ・山菜類の誤採取など
食中毒を含む感染性胃腸炎
- 蚊やダニなどを介した感染症



注意

飛沫・接触での感染に注意

- ヘルパンギーナ
- 伝染性紅斑（リンゴ病）
- 咽頭結膜熱（プール熱）
- 百日咳
- 新型コロナウイルス感染症

*大阪府下で増えてきている感染症（順不同）



対策

食中毒予防三原則をまもろう

つけない

手を洗う
調理器具を分ける
食材をよく洗う

ふやさない

適切な温度管理
(低温管理)
冷蔵：10℃以下 冷凍：-15℃以下

やっつける

十分な加熱
(中心部の温度を上げる)
75℃1分以上

*6月号のニュースで詳しく紹介

- ✓ 長袖・長ズボン（肌の露出を控える）
- ✓ 草むら注意（パットもダニに咬まれる注意）
- ✓ 素人判断での山菜採取は危険

流行性の感染症の多くは飛沫・接触感染のため手洗いやマスクは有効



飲食前、排泄後、帰宅時は必須やな～

- ✓ 体調不良時は出歩かない
- ✓ 咳エチケットでのマスク着用
- ✓ こまめな手洗い

海外旅行

渡航前のお役立ち情報

麻疹・風疹・蚊・マダニ・動物媒介 etcの感染の情報が掲載

○大阪健康安全基盤研究所サイト「夏休みに海外へ渡航される皆様へ」

<https://www.iph.osaka.jp/li/070/20250717144845.html>



○厚生労働省検疫所FORTHのサイト「海外渡航される皆さまへ！」を参照

渡航地の情報も検索できる https://www.forth.go.jp/news/20220722_00001.html



怪我に注意しましょう

大きなケガをした時に破傷風を予防するために行う沈降破傷風トキソイドの供給が停止されており、多くの医療機関で接種に一時的な制限がある可能性があります。投与については、医師が必要性を判断して使用されています。

予防



ケガをしにくい行動をしよう

- ・海や山へは長袖長ズボン着用
- ・転倒予防に靴をはく等（海や川でも）
- ・国内外を問わず野生動物への接触を避けるなど十分に注意しましょう
- ・ワクチン接種歴確認（母子手帳など）

もし、ケガをした時は、大量の水道水でしっかり洗浄しましょう

対策

