2007年9月30日（日）

インフルエンザから身を守るために

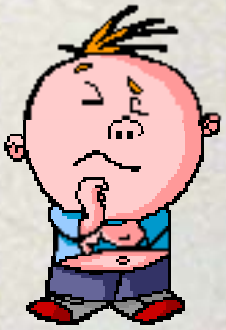
点字でご用意していますので、必要な方はご連絡下さい。

2009.1.18
ICE in Chikugo

新型インフルエンザは明日くる？！

- 交通手段の発達した現代、新型インフルエンザがいつ流行してもおかしくない！

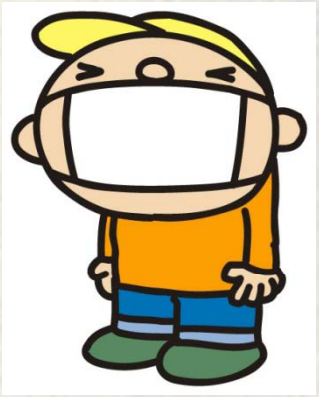
家族や一般の人ができることは？



みんなができること

うがい

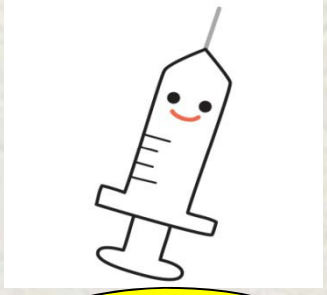
手洗い



マスク

食事

睡眠



ワクチン

人ごみ回避

インフルエンザを防ぐには・・・

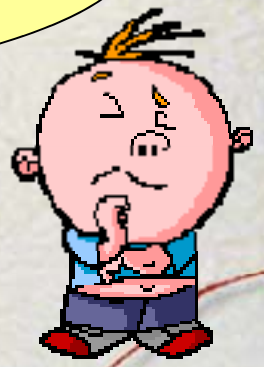
１．手を水で洗う

２．手をアルコール消毒する

３．マスクをつける

1　手を洗うこと

皆さんはどんなときに
手を洗っていますか？



皆さんはどんなときに手を洗っていますか？

- 手が汚れたとき、べとべとするとき
- 食事をするとき
- トイレからでたあと
- 家に帰ってきたとき

クイズ

太郎くんは食事の前に手を洗いました。
しかし、見た目はきれいなのですが、
実は**まだ汚れています**

さて、太郎君は手を洗った後、
手のとの部分が汚れていたでしょう？

さあ・・・

自分の手で実験してみましょう！

ｸﾞﾘｯﾀｰﾊﾞｸﾞ （手洗いﾃｽﾄ機）

洗い方を一緒に
チェックしてみましょう。

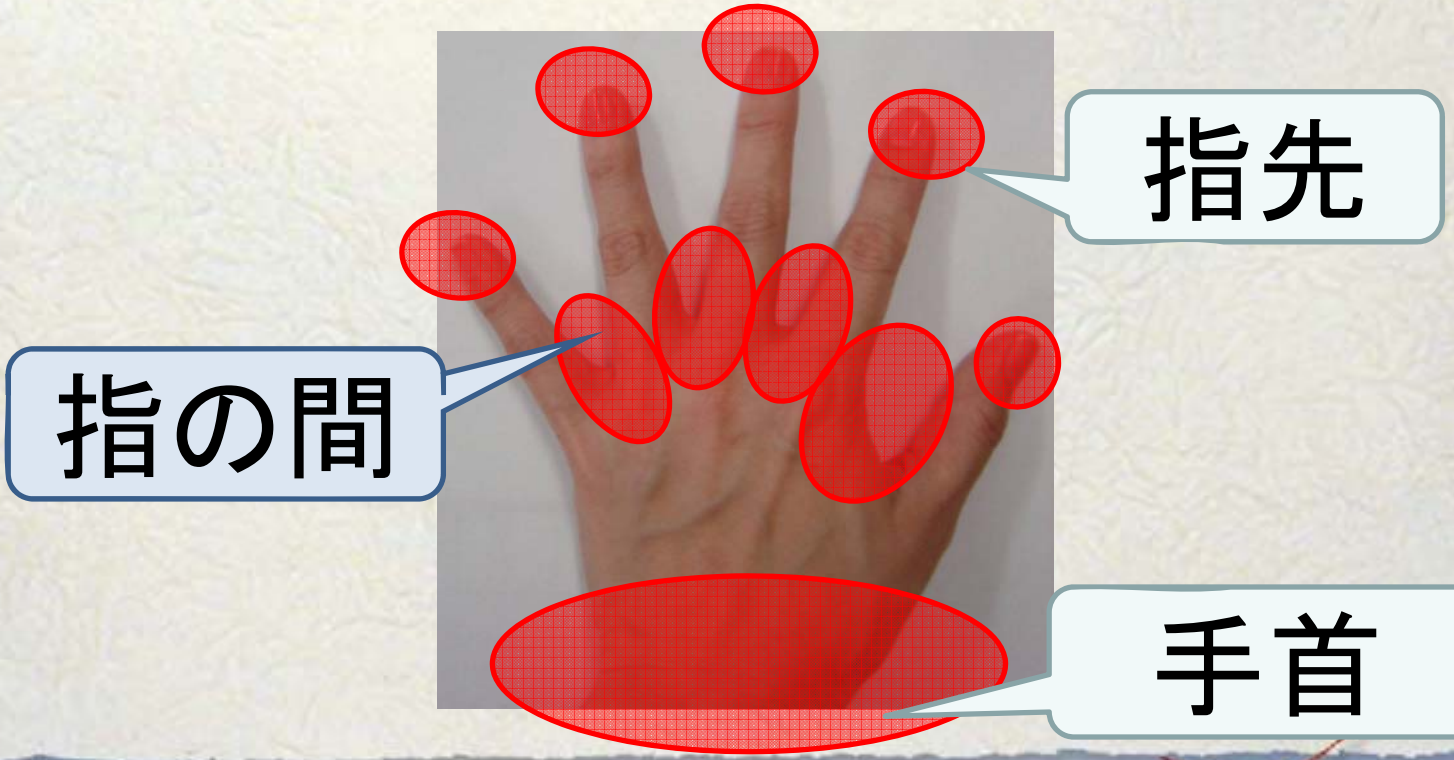
使用法

①クリームを3回プッシュして
手のひらにとり、指先から
手首までしっかり刷り込んで
ください。

②いつものように手を洗って
ください。

泡石鹸使い方

＊手洗いは**赤い部分**に注意して「15秒洗う」



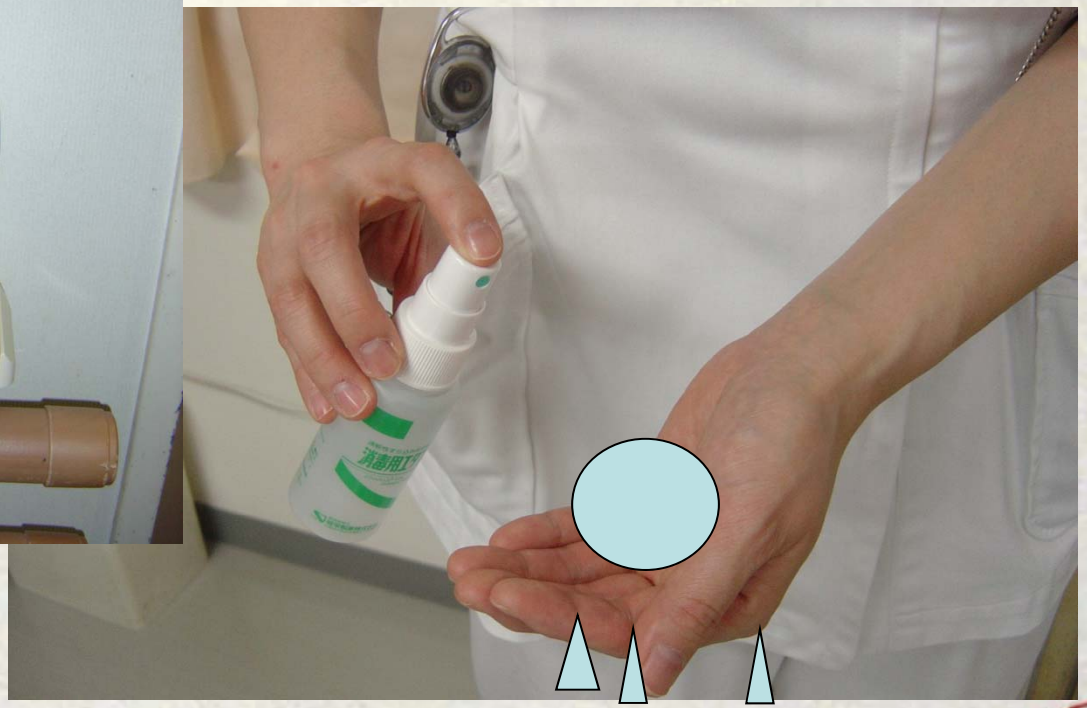
今からは・・・

今からは汚れが
残った部分を
気をつけて洗いましょう！

2 手を消毒すること

ハンバーガーのお店や百貨店に設置してある消毒液、つかったことありますか？

手のひらからこぼれるくらい
一回3mlが目安

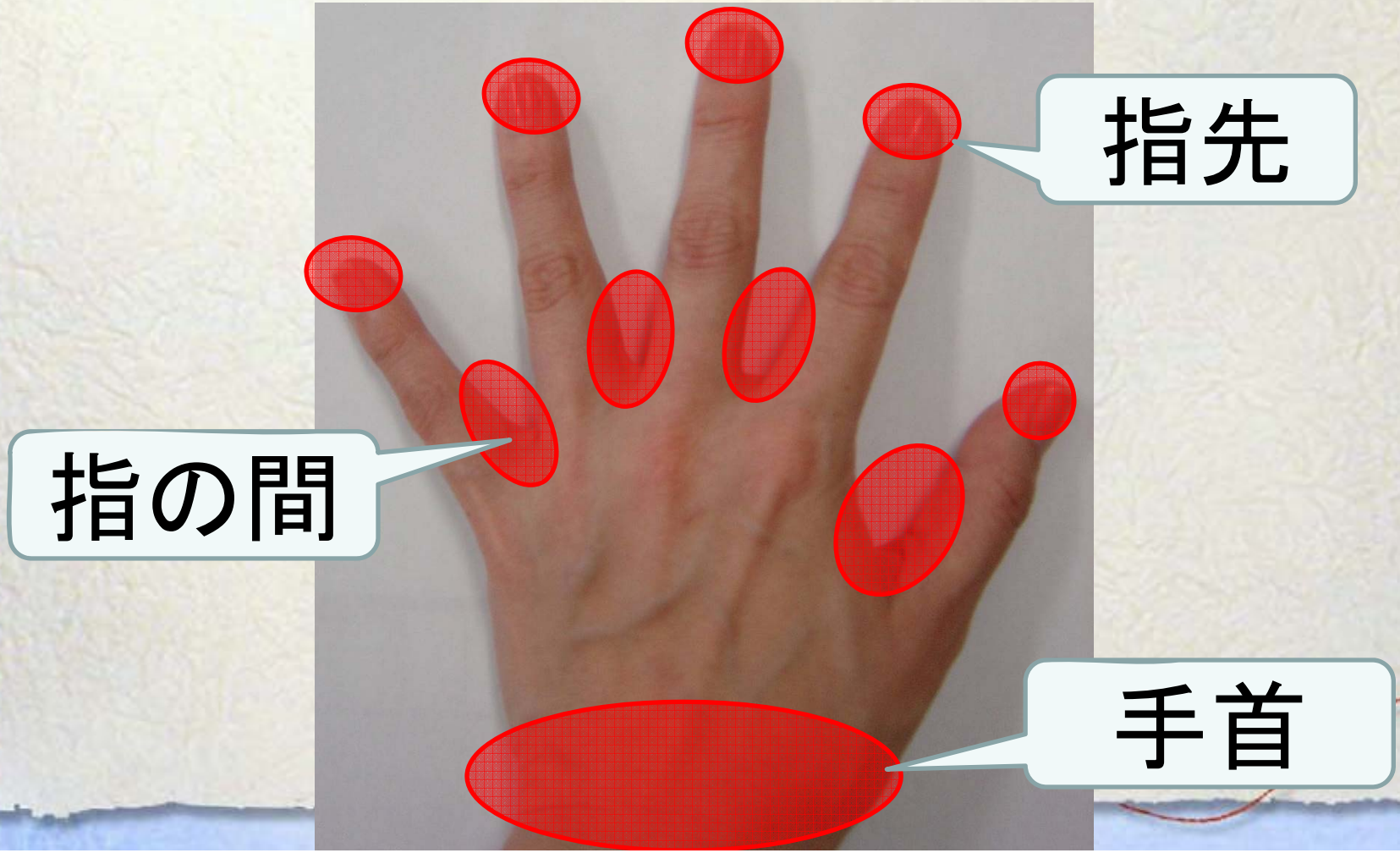


４．携帯容器の使い方

- 大きなボトルは一回プッシュで１mlです。ご自宅でお使いください。
- 普段外出の際には、大きなボトルから携帯容器に小分けして、持ち歩いてお使いください。
- 中が少なくなった時には、1ﾘｯﾄﾙボトルから小分けして下さい
- 一回の使用は3mlですので、きちっと３回プッシュして使用して下さい。

3．消毒薬　の使い方

「消毒剤をつけ赤い部分に注意して15秒すりこむ」



消毒剤は・・・

手に十分すり込みましょう！

さあ・・・

自分の手を
消毒してみましょう！

速乾式手指消毒の仕方

1. 手のひらに、消毒剤一回分（携帯用は3回）を手のひらにこぼさないように出します。
2. はじめに両手の指先をぬらしてから、手全体を十分にぬらします。
3. 手の甲を伸ばすようにすり込みます。
4. 指先に丁寧にすり込みます。
5. 指の間も十分にすり込みます。
6. 手首も忘れずにすり込みます。

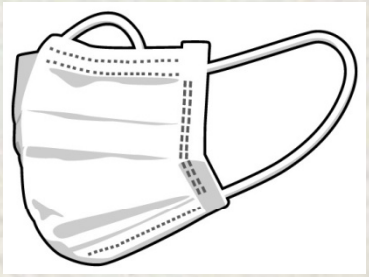
3 マスクをつける

マスクのつけ方

今日は2種類のマスクを用意
しました。

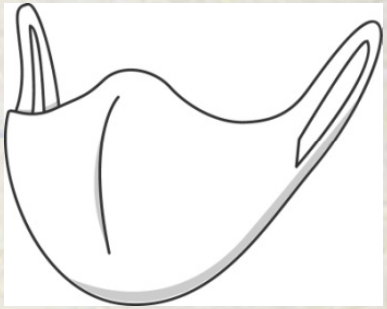
フィットマスク

ｻｰｼﾞｶﾙマスク



1.フィットマスクの正しいつけかた

＊平常時にお使い下さい。



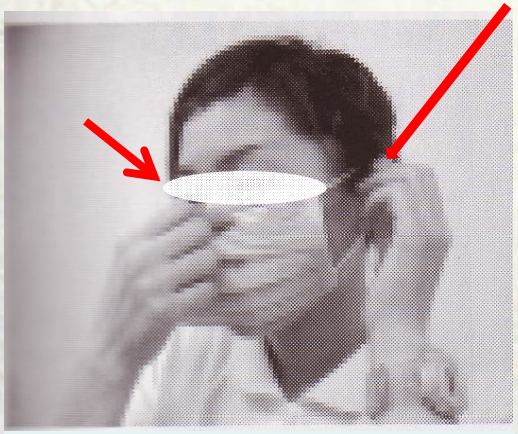
ポイント

①顔全体に隙間ができないよう、ぴったりフィットさせる

②はずす時は表面に触れず耳ひもからはずす

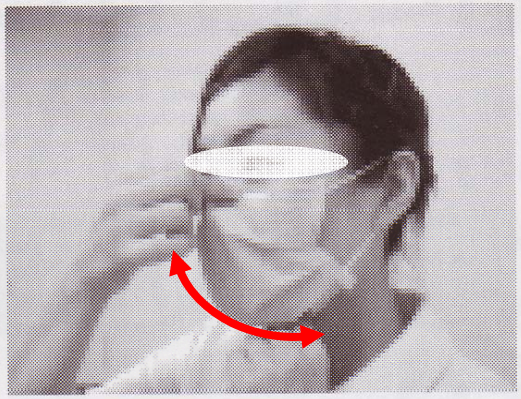
２．サージカルマスクの正しいつけかた

★平常時にも、集団発生時にもお使いください。

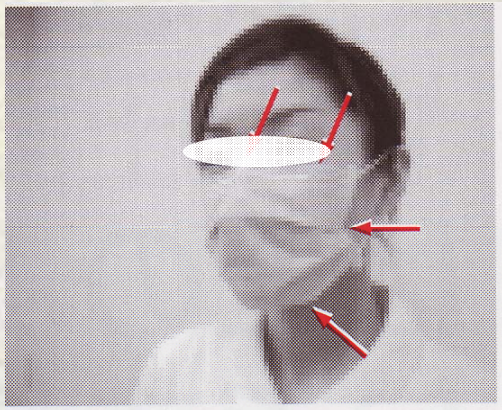


①紐を持って耳にかけます。

②鼻の部分のワイヤーをつまんで、鼻の形に合わせます。



③マスクのプリーツの部分を伸ばしてあごまで覆うようにします。

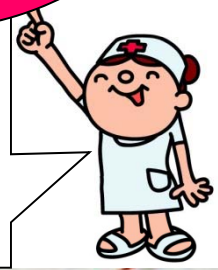


④あご、ほほ、鼻などに隙間をつくらないようにします。

⑤はずす時は、表面に触れず、耳ひもを取ってはずします。

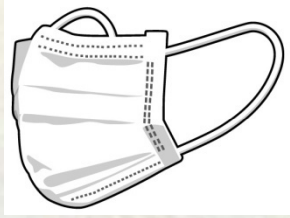
正しいマスクのつけ方は？
～サージカルマスクの場合～

鼻腔・口腔を覆い
顔全体にフィット
させることが大切



みんなができること
～咳エチケットのススメ～

- 咳のある人は早めにマスクをして受診しましょう
- 咳のある人にマスクをうながしましょう



ご静聴ありがとうございました

- 地域病院の皆様と共に情報交換の場を設け、感染対策に取り組んでいきたいと考えております。

今後ともどうぞ
宜しくお願いいたします

この感染症防護グッズに関する
ご意見、ご質問は下記にお寄せ下さい。

ICE in Chikugo　;　アイス イン チクゴ
Infectious Control and Environment (感染制御と環境)
in Chikugo（筑後）
℡：0942-31-7961
Fax:0942-31-7715
E-mail:mihashi6@med.kurume-u.ac.jp

津村直幹　久留米大学医学部小児科
三浦美穂　久留米大学病院　感染制御部
大坪靖直　福岡教育大学
毛利総代　久留米大学病院
三橋睦子　久留米大学医学部看護学科