



ノロウイルス感染を予防しよう!

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？

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。

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、その食べ物を食べてうつったりすることが

あります。

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！

手をよく洗おう!

外出の後や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。



お腹をこわしたり、吐いたりした時は？

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。

そして、手洗いをしっかりと行いましょう。

お友達で具合の悪い人がいたら、先生に伝えましょう。

