

# 体調管理について

## ～ 感染対策 ～



### \* 習慣で感染を防ぐ

季節も冬に入り寒くなってきています。これからテストや冬休みがありますが、これまでに引き続き感染対策をして、体調管理に気を付けていきましょう。

### \* 主な感染症の種類

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、麻疹  
手足口病、伝染性紅斑、マイコプラズマ肺炎、  
ロタウイルス・ノロウイルス感染症、RSウイルス感染症 など

### 危険を防ぐポイント!!

- 帰宅時は手洗いとうがいを面倒くさがらずにやろう！
- 感染症流行時には不特定多数の人が集まる場所へはなるべく行かない。
- 感染したら不要不急の外出はせず、他人にうつさないように心がける。



(参考) [感染症情報 | 厚生労働省](#)

画像出典：いらすとや

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/index.html)

参考：三菱総合研究所 [ほか] 著 (2023) 『大学生が狙われる50の危険：学生と親のための安全・安心マニュアル (リスクに備える最新情報)』 青春出版社