

夏に流行る感染症に注意しよう！！

長崎県内で、手足口病流行警報が発令されています。
外から帰ったら、手洗い・うがいをし、体調がよくないときや下記の症状
がみられるときは、早めに医療機関を受診しましょう。

咽頭結膜熱（プール熱）

プールに入る季節にはやるこ
とから「プール熱」とも呼ば
れますが、プールだけでなく、
せきなどからうつることが
あります。

主な症状 高熱が出て、目が
赤くなり、のどが腫れます。
食欲がなくなったり、下痢を
したりすることもあります。

風しん

風しんは、麻疹（はしか）
に似た症状が出ることから、
「三日ばしか」とも呼ばれます。
予防には、ワクチンが効果的
です。

主な症状 高熱が出て、赤い
ポツポツができ、耳の後ろや
首が腫れたり、のどが痛く
なったりします。

手足口病

うつっても軽い症状で治る場
合がほとんどですが、何度も
かかったり、重い病気につな
がったりすることがあるので、
注意が必要です。

主な症状 口の中や手のひら、
足の裏などに、小さな水ぶく
れができ、熱が出ることもあ
ります。

手洗いをマスターしよう



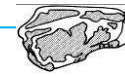
洗い終わったら、清潔なハンカチやタオルでふきましよう。

食中毒注意報発令中

食中毒の主な原因菌

【サルモネラ菌】

主な原因食品：肉・魚、それらの加工品
潜伏期間：12時間から24時間
主な症状：発熱・頭痛・腹痛・下痢・嘔吐



【O157】

主な原因食品：汚染された食品
潜伏期間：7日～10日
主な症状：激しい腹痛・下痢・血尿

【カンピロバクター】

主な原因食品：鶏肉・生卵・牛乳・水
潜伏期間：1日から7日
主な症状：腹痛・下痢



【黄色ブドウ球菌】

主な原因食品：調理食品
潜伏期間：30分から6時間
主な症状：腹痛・下痢



【ウェルシュ菌】

主な原因食品：調理品、魚介の加工品
潜伏期間：8時間から20時間
主な症状：腹痛・下痢



【ボツリヌス菌】

主な原因食品：食肉加工品・缶詰
潜伏期間：12時間から36時間
主な症状：視力低下・体のマヒ・呼吸困難



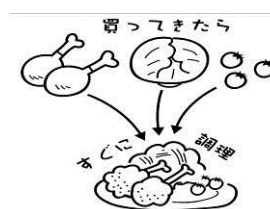
食中毒防止の3原則

★菌をつけない

調理するとき



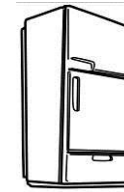
★菌をふやさない



★菌を殺す



食べるとき



★体に菌をつけないように、
しっかり手洗いをしましょう。

★消費期限や保存法をチェックし、
調理されたものはすぐに食べるよう
にしましょう。