



今年もまた、新型コロナウイルス感染症の影響で学校のスケジュールが突然変更されたり、楽しみにしていたことも延期・中止されたりしましたね。  
「雨は一人だけに降り注ぐわけではない」は、ある詩人の言葉。来年も、一人ひとりの予防が、自分や周りの人たちみんなを助ける一年となりますように。

## 悪い菌に効く！ 攻撃ランキング

### 滅菌

ウイルスや菌などをやっつけ、限りなくゼロに近づけます

アイテム例

- 注射器
- ガーゼ
- ピンセット
- などの滅菌用具

強さレベル ★★★★★

No. 1

### 殺菌

菌をある程度退治することで

アイテム例

- 消毒液
- 薬用ハンドソープ
- などの殺菌剤

強さレベル ★★★★★☆

No. 2

### 除菌

菌などを取り除いて数を減らすことです

アイテム例

- ウェットシート
- ジェル
- スプレー
- などの除菌用品

強さレベル ★★★★★☆

No. 3

### 抗菌

菌が増えるのを抑えることです。(やっつけたり取り除いたりするのではなく、主に菌が住みにくい環境を作ります)

アイテム例

- 便座 タオル
- スリッパ
- 風呂用品
- などの抗菌グッズ

強さレベル ★★★★★☆

No. 4

## 寒い季節の換気テクニック

**寒** い日に窓を開けると、急激に部屋の温度が低くなるので、暖房器具を工夫しながら換気をしよう。

**短** 時間、窓を全開にするよりも、一方の窓を少しだけずっと開放しておくほうが室温の変化を抑えられます。

**台** 所などの換気扇を使うと、室温を急激に下げることがなく換気をすることができます。

**暖** 房器具の近くの窓を開けると、窓から入ってくる冷えた空気がすぐにあたためられるのでオススメ。

カーテンなどの燃やしやすいものは暖房器具から離そう(火災予防！)

**手洗いはココに注意!**

- 手の甲
- 手のひら

- 注意して洗おう
- 少し念入りに洗おう
- かなりがぶって洗おう

## 令和3年度「世界エイズデー」キャンペーンテーマ

### レッドリボン30周年 ~ Think Together Again ~

エイズが世界的な問題になりつつあった30年前。ニューヨークの芸術家たちが、エイズで亡くなった仲間への追悼と、エイズに苦しむ人々への理解・支援の意思を表明するために運動を始めました。そのときのシンボルが「レッドリボン」です。

30年の間に治療法は進歩し、早期開始すればHIVに感染していない人と同等の生活を

期待できるようになりました。けれど現状はそうした正確な情報が十分に伝わっているとは言えません。

レッドリボンに宿る意味を原点に立ち返って考え、HIV検査の受検促進や差別・偏見の解消を願うのが、このキャンペーンテーマ。「レッドリボン」に込められた思いは今も変わりません。



自分が傷つけない  
相手を傷つけない

タバコ tobacco 1本くらいなら...  
やめられなくなります

甘くて  
ジュースみたい  
でもお酒です

おもしろいから  
二度と消せません

どれも、罪に問われる可能性があります。  
「楽しくてつい…」では消されません。

## きちんと知ろう エイズのこと

**Q** エイズって何?

**A** HIV (ヒト免疫不全ウイルス) に感染することによって起こる病気。でも、HIV感染=エイズではありません。適切な治療で、エイズ発症を予防できます。

**Q** どうやって感染するの?

**A** 性行為による感染、血液を介した感染、母子感染などです。一緒に食事をする、タオルを共有する、同じトイレを使うなど日常生活の中では感染しません。

**Q** 感染の心配があるときは?

**A** 保健所や病院などで検査が受けられます。保健所では、名前や住所を知らず、無料で検査できます。予約が必要な場合もあるので、事前に確認を。

ひぼうちゅうしょう はんたい  
誹謗中傷は犯罪です。

**STOP!**

- おじよくせい 侮辱罪
- せうごうせい 脅迫罪
- しんようざい 信用毀損罪
- めいごうざい 名誉毀損罪

無責任な書き込みはしません!

知っていますか?  
シトラスリボンプロジェクト

Citrus Ribbon PROJECT

広げよう、悪いやりの輪。