



早いもので12月となり、冬の季節が到来です。また、2018年も終わりに近づいてきました。皆さまにとってこの1年はどんな年になりましたか？年末年始に向けて体調管理に気をつけて、風邪やインフルエンザにかからないようにしっかり予防していきましょう。

インフルエンザについて



- ① **ワクチン**：免疫がつくまでに、約**2週間**かかり効果は**5ヶ月**ほど続く。
流行前の接種が望ましい（流行入りは例年12月上旬ごろまでに）
- ② **手洗い・うがい・マスク**：石けんで洗い残しがないよう手を洗う。
・帰宅後のうがいは、気道に付いたウィルスを減らせる。
・飛沫感染を防ぐため、人混みでは**マスク**を装着する。
- ③ **かかったら早めに受診**：発症から**48時間以内**に抗インフルエンザ薬の服用を始めると早く治る。
感染しても高熱が出ない場合もあるため流行期は風邪の症状でも受診をする。
症状は、**悪寒・高熱・関節痛・頭痛**などの全身症状が出るのが特徴である。
- ④ **診断が確定したら、教務・学生支援課へ電話連絡をする。**
登校可能となるまで外出は控える。登校許可は、医師の指示どおりとする。



咳エチケットを守りましょう。



咳やくしゃみが出るときは、マスクをしましょう。

マスクが無いときは、ティッシュペーパーやハンカチなどで口と鼻を覆いましょう。



飲酒について

年末にかけてクリスマスや忘年会など楽しいイベントが盛りだくさん。そんな中、アルコールを飲む機会が増えることと思います。下記の場合にはお酒を飲むことが法律で禁じられています。

- (1) 未成年者：満20歳未満の者の飲酒を禁止する。【未成年者飲酒禁止法1条】
- (2) 飲酒運転：酒気を帯びて車両等を運転してはならない。【道路交通法65条】

注意！！集団で強制的に「**イッキ飲み**」をさせる「**イッキ飲ませ**」は、急性アルコール中毒を起こさせ、最悪のときには「死」という結果を招くこともある危険な行為です。こうなると、「イッキ飲み」を強要した人は刑法上の犯罪として処罰されることがあります。

しない・させない・許さない

未成年の飲酒&飲酒運転

