



インフルエンザが流行期に入りました 「かからない」「うつさない」ように十分注意してください

感染症情報 令和5年第36週(9月4日～9月10日)で、インフルエンザの定点当たりの患者数が2.27人(定点数:88か所、患者数:200人)となりました。

第35週(定点あたり1.18人)に続き2週続けて流行開始の目安となる1.0人を上回ったことから、今シーズン(2023-2024シーズン、第36週～)の流行期に入ったと考えられます。例年の同時期と比べ定点当たりの患者数が多い状況が続いており、過去10年で最も早い流行期入りです。

なお、全国的には令和4年第51週(12月19日～12月25日)に流行期入りして以降、定点当たりの報告数が1.0人を下回っておらず、流行が継続しています。

■かからないようにするために

- ・帰宅時には流水や石けんを使って十分な「手洗い」を行いましょう。
アルコール製剤による手指消毒も効果があります。
- ・体の抵抗力を高めるために、十分な休養を取り、栄養にも気を配りましょう。
- ・室内は適度な湿度を保ちましょう。

■うつさないようにするために

- ・咳やくしゃみがある場合には、マスクを着用するなど咳エチケットを心がけましょう。
- ・発熱や咳、全身倦怠感などが見られる場合には、登校や出勤、外出を控えることを検討してください。

■医療機関の受診について

- ・受診を希望する場合には、かかりつけ医や身近な医療機関に事前に電話等で相談してください。

■ワクチンの接種について

- ・インフルエンザワクチンは、発病する可能性を低減させる効果と重症化予防に一定の効果が認められていますので、接種について検討しましょう。
接種の開始時期については医療機関へお問合せください。

確かな暮らしを守り、
信州からゆたかな社会を創る

しあわせ信州創造プラン3.0

～大変革への挑戦「ゆたかな社会」を実現するために～

[長野県総合5か年計画推進中]

(問合せ先)

担当 健康福祉部感染症対策課 伊藤、二本松

電話 026-235-7148(直通)

026-232-0111(代表) 内線 2646

FAX 026-235-7334

E-mail kansen@pref.nagano.lg.jp

<参考：過去5年間の流行状況>

シーズン	流行入り (1.0 人)	注意報 (10.0 人)	警報 (30.0 人)	流行のピーク
2018-2019 (H30-31)	49 週 (12/3~12/9)	52 週 (12/24~12/30)	2 週 (1/7~1/13)	4 週 (64.72 人) (1/21~1/27)
2019-2020 (R1-2)	46 週 (11/11~11/17)	50 週 (12/9~12/15)	—	52 週 (29.17 人) (12/23~12/29)
2020-2021 (R2-3)	—	—	—	—
2021-2022 (R3-4)	—	—	—	—
2022-2023 (R4-5)	52 週 (12/26~1/1)	7 週 (2/13~2/19)	—	8 週 (11.07 人) (2/20~2/26)
2023-2024 (R5-6)	36 週 (9/4~9/10)	—	—	—

※ () 内の人数は、定点当たりの患者数

- ・ 2020-2021、2021-2022 シーズンは流行入りしませんでした。
- ・ 流行のピークは、例年 1 月下旬～ 2 月上旬です。