



## 「インフルエンザ注意報」を發表します 「かからない」「うつさない」ように十分注意してください

長野県感染症情報 令和5年第42週(10月16日～10月22日)で、インフルエンザの定点当たりの患者数が14.73人(定点数:88か所、患者数:1,296人)となり、注意報の基準値である10.0人を上回ったことから、インフルエンザ注意報を發表します。過去10年で最も早い發表で、全国でも既に注意報の基準値を上回っている状況です。

今後1か月程度は更なる流行の拡大が懸念されますので、次の点に留意して「かからない」「うつさない」ように十分注意し、感染予防を心がけましょう。

### ■かからないようにするために

- ・外出後などは、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。
- ・こまめな換気を心がけましょう。
- ・人が集まる場所へ出かける場合には、適切なマスクの着用を心がけましょう。

### ■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

- ・具合が悪い場合は早めに医療機関を受診しましょう。
- ・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。  
(インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンは同日に接種することが可能です。)

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

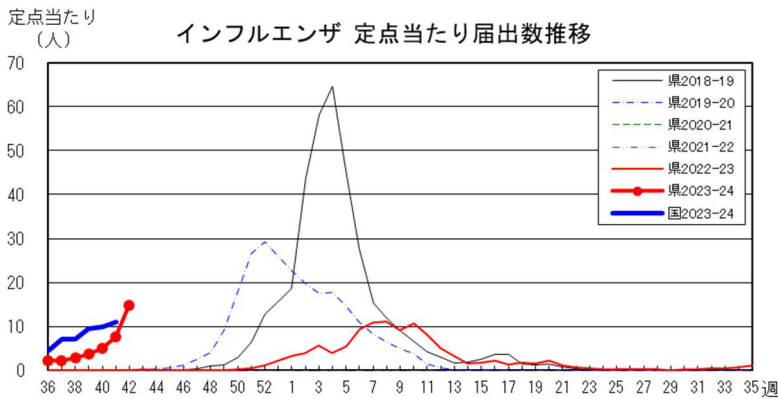
<参考>

【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)	42週 (10/16~10/22)	—	—

※ ( ) 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。

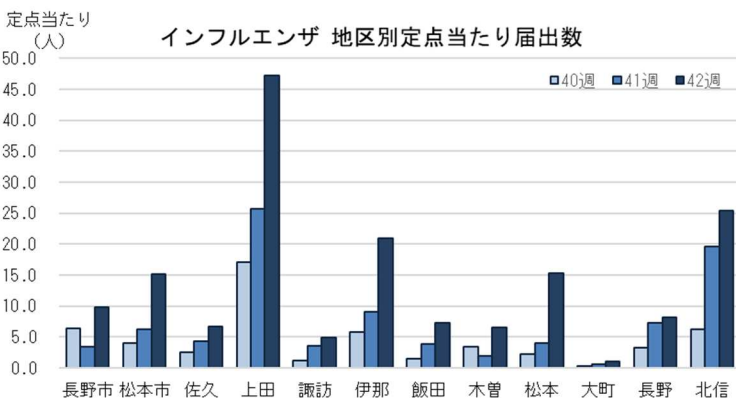
【直近のインフルエンザ患者報告数】



・地区別定点当たり届出数 (最近5週間)

	定点数	定点当たり届出数(人)				
		38週	39週	40週	41週	42週
長野市	16	3.20	3.25	6.38	3.50	9.88
松本市	10	2.90	3.30	4.00	6.30	15.10
佐久	8	4.88	2.25	2.50	4.25	6.63
上田	8	2.75	6.75	17.13	25.63	47.25
諏訪	8	3.13	6.00	1.13	3.63	4.88
伊那	8	2.38	3.25	5.75	9.13	20.88
飯田	7	0.86	0.57	1.57	3.86	7.29
木曾	2	1.00	2.00	3.50	2.00	6.50
松本	7	2.71	1.71	2.29	4.00	15.29
大町	3	0.67	0.67	0.33	0.67	1.00
長野	6	1.50	4.00	3.33	7.33	8.17
北信	5	6.00	10.00	6.20	19.60	25.40
全県	88	2.87	3.72	5.00	7.53	14.73

参考: 注意報の基準値:10人以上30人未満  
 警報の基準値 :30人以上



【注意報の基準】

国立感染症研究所感染症疫学センターでは、注意報の基準を「保健所管内の1週間の1定点当たり患者数が10人以上」と定めています。

県ではこの基準に準じて、県内の1週間の1定点当たり患者数が10人以上となった場合に、全県に「インフルエンザ注意報」を發表します。