

## 「インフルエンザ警報」を発表します

感染症情報 令和7年第46週(11月10日～11月16日)で、インフルエンザの定点当たりの患者数が30.61人(定点数:80か所、患者数:2,449人)となりました。

警報の基準値である30.00人を上回ったことからインフルエンザ警報を発表します。

しばらくの間は流行の継続が予想されますので、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・拡大防止を心がけましょう。

### ■かからないようにするために

- ・外出後には流水・石けんによる十分な「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。
- ・室内は適度な湿度を保ちましょう。また、こまめに換気をしましょう。
- ・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。
- ・人混みへ出かける場合には、マスクの着用も一つの防御策として有効と考えます。
- ・高齢の方や基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方は、特に注意しましょう。
- ・インフルエンザワクチンは、感染後に発病する可能性を低減させる効果と、発症した場合の重症化防止に有効とされています。

### ■うつさないようにするために

- ・咳やくしゃみといった症状がある場合には、マスクの着用を含む咳エチケットを心がけましょう。
- ・発熱や咳、全身倦怠感などの症状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ましょう。

### ■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の上、受診しましょう。

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 疾病・感染症対策課 感染症対策担当  
土屋、小林、山口

電話 026-235-7148(直通)

ファクシミリ 026-235-7334

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

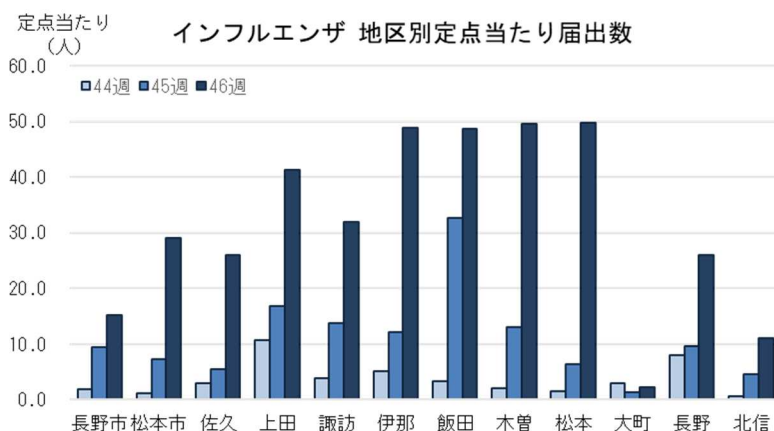
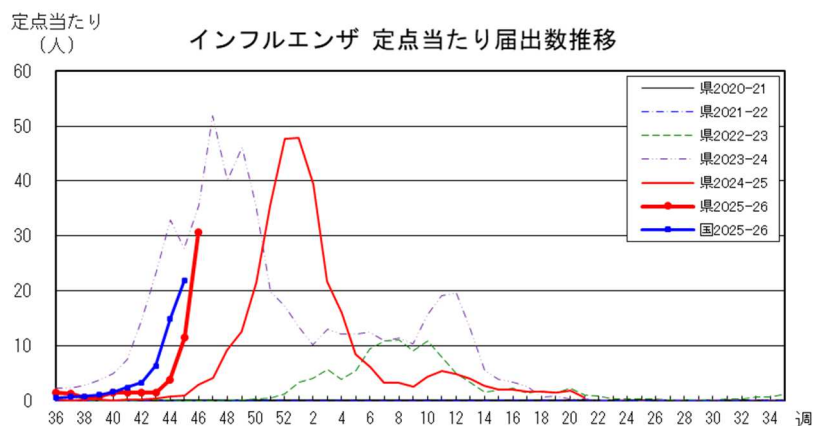
<参考：過去5年間の流行状況>

| シーズン                                                                           | 流行入り（1.00人）          | 注意報（10.00人）          | 警報（30.00人）           | 流行のピーク                       |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|
| <del>2019-2020</del><br><del>(R1-2)</del><br><b>2020-2021</b><br><b>(R2-3)</b> | —                    | —                    | —                    | —                            |
| <del>2020-2021</del><br><del>(R2-3)</del><br><b>2021-2022</b><br><b>(R3-4)</b> | —                    | —                    | —                    | —                            |
| <del>2021-2022</del><br><del>(R3-4)</del><br><b>2022-2023</b><br><b>(R4-5)</b> | 52週<br>(12/26～1/1)   | 7週<br>(2/13～2/19)    | —                    | 8週（11.07人）<br>(2/20～2/26)    |
| <del>2022-2023</del><br><del>(R4-5)</del><br><b>2023-2024</b><br><b>(R5-6)</b> | 36週<br>(9/4～9/10)    | 42週<br>(10/16～10/22) | 44週<br>(10/30～11/5)  | 47週（51.83人）<br>(11/20～11/26) |
| <del>2023-2024</del><br><del>(R5-6)</del><br><b>2024-2025</b><br><b>(R6-7)</b> | 46週<br>(11/11～11/17) | 49週<br>(12/2～12/8)   | 51週<br>(12/16～12/22) | 1週（47.92人）<br>(12/30～1/5)    |
| <del>2024-2025</del><br><del>(R6-7)</del><br><b>2025-2026</b><br><b>(R7-8)</b> | 36週<br>(9/1～9/7)     | 45週<br>(11/3～11/9)   | 46週<br>(11/10～11/16) |                              |

※（ ）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。

【直近のインフルエンザ患者報告数】（長野県感染症情報から抜粋） ・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) |      |       |       |       |
|-----|-----|-------------|------|-------|-------|-------|
|     |     | 42週         | 43週  | 44週   | 45週   | 46週   |
| 長野市 | 16  | 0.75        | 1.00 | 1.94  | 9.38  | 15.25 |
| 松本市 | 7   | 0.86        | 0.57 | 1.14  | 7.29  | 29.00 |
| 佐久  | 8   | 1.00        | 0.50 | 2.88  | 5.50  | 26.00 |
| 上田  | 8   | 1.50        | 1.63 | 10.75 | 16.75 | 41.25 |
| 諏訪  | 6   | 4.00        | 4.33 | 3.83  | 13.83 | 32.00 |
| 伊那  | 8   | 1.13        | 1.25 | 5.13  | 12.13 | 48.88 |
| 飯田  | 7   | 1.86        | 0.86 | 3.29  | 32.71 | 48.71 |
| 木曽  | 2   | 0.00        | 0.00 | 2.00  | 13.00 | 49.50 |
| 松本  | 5   | 1.17        | 3.00 | 1.50  | 6.40  | 49.80 |
| 大町  | 3   | 0.33        | 2.33 | 3.00  | 1.33  | 2.33  |
| 長野  | 5   | 2.00        | 0.60 | 8.00  | 9.60  | 26.00 |
| 北信  | 5   | 1.00        | 1.40 | 0.60  | 4.60  | 11.00 |
| 全県  | 80  | 1.32        | 1.41 | 3.70  | 11.51 | 30.61 |

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

（警報の終息基準値：10人未満）

【警報の基準】

国立感染症研究所感染症疫学センターでは、警報の基準を「保健所管内の1週間の1定点当たり患者数が30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30人以上となった場合に、全県に「インフルエンザ警報」を発表します。