

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7年第36週(9月1日～9月7日)で、インフルエンザの定点当たりの患者数が1.47人(定点数:81か所、患者数:119人)となりました。

長野市保健所管内(6.31人)で患者数が大きく増えたことなどにより、県全体でも流行開始の目安となる1.00人を上回ったことから、インフルエンザの流行期に入ったと考えられます。

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。

■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。

(問合せ先)

担 当 健康福祉部疾病・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（1.0人）	注意報（10.0人）	警報（30.0人）	流行のピーク
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)	44 週 (10/30～11/5)	47 週（51.83人） (11/20～11/26)
2024-2025 (R6-7)	46 週 (11/11～11/17)	49 週 (12/2～12/8)	51 週 (12/16～12/22)	1 週（47.92人） (12/30～1/5)
2025-2026 (R7-8)	36 週 (9/1～9/7)			

※（ ）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】

