

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8年第35週(8月24日～8月30日)で、インフルエンザの定点当たりの患者数が1.08人(定点数:50か所、患者数:54人)となりました。

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。

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
中沢、山口
電 話 026-235-7148(直通)
026-232-0111(代表) 内線 4135
ファクシミリ 026-235-7334
電子メール kansen@pref.nagano.lg.jp

《参考情報》

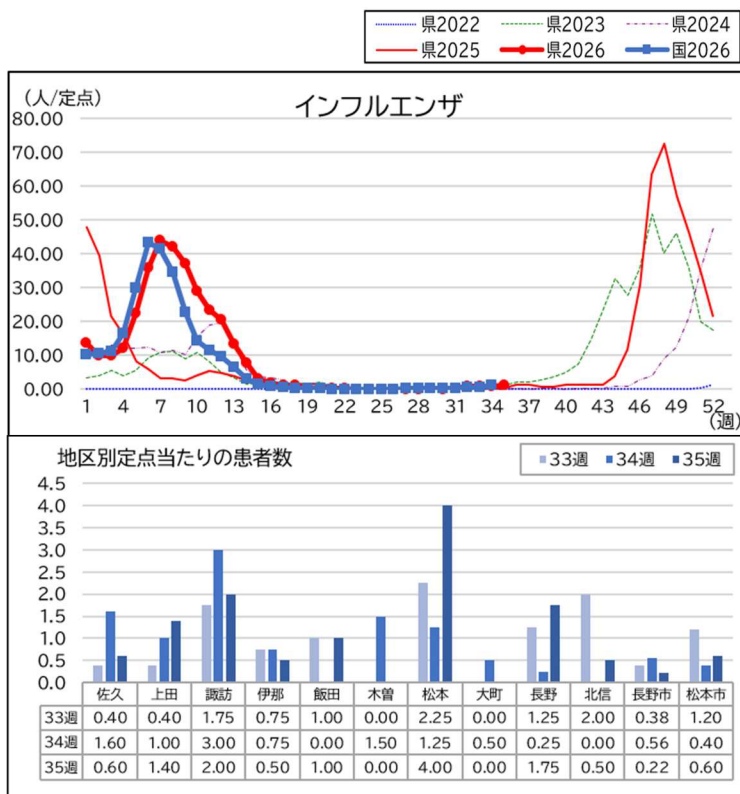
【県内の過去5年間のインフルエンザ流行状況】

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
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)	45週 (11/3～11/9)	46週 (11/10～11/16)	48週（72.49人） (11/24～11/30)
2026-2027 (R8-9)	35週 (8/24～8/30)			

※（ ）内の人数は、定点当たりの患者数

・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】



◇インフルエンザの保健所別報告数◇

	定点数	定点当たり報告数(人)				
		31週	32週	33週	34週	35週
佐久	5	0.00	0.20	0.40	1.60	0.60
上田	5	0.40	0.60	0.40	1.00	1.40
諏訪	5	0.20	1.00	1.75	3.00	2.00
伊那	4	0.25	3.00	0.75	0.75	0.50
飯田	3	0.00	0.67	1.00	0.00	1.00
木曽	2	0.50	0.50	0.00	1.50	0.00
松本	4	0.00	0.25	2.25	1.25	4.00
大町	2	0.00	0.00	0.00	0.50	0.00
長野	4	0.00	0.75	1.25	0.25	1.75
北信	2	1.00	0.00	2.00	0.00	0.50
長野市	9	0.56	0.56	0.38	0.56	0.22
松本市	5	0.60	0.80	1.20	0.40	0.60
全県	50	0.30	0.74	0.92	0.96	1.08

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