



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

平成 29 年第 47 週(11 月 20 日～11 月 26 日)の感染症情報で、インフルエンザの定点当たり患者数が 1.40 人(定点数/87 か所、患者数/122 人)となりました。流行開始の目安となる 1.0 人を上回ったことから、本県においてインフルエンザが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、感染拡大防止に努めてください。

■かからないようにするために

- ・流水や石けんを使って十分な「手洗い」を行いましょ
アルコール製剤による手指消毒も効果があります
- ・十分な休養やバランスの取れた栄養摂取により、体力や抵抗力を高めましょ
- ・乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度を保ちましょ
- ・なるべく人混みに出かけることを避け、やむを得ず人混みに入るときにはマスクを着用しましょ

■うつさないようにするために

- ・具合が悪ければ早めに医療機関を受診しましょ
- ・かかってしまったら早めに休養し、睡眠を十分とりましょ
- ・水分を十分に補給しましょ
- ・咳やくしゃみがある場合には周りの方へうつさないよう、マスクを着用しましょ(咳エチケット)
- ・インフルエンザと診断されたら、学校や職場は休みましょ

■ワクチンの接種について

- ・インフルエンザワクチンについては、発病する可能性を低減させる効果と重症化の予防効果が認められていますので、接種を検討しましょ

信州で学ぼう

しあわせ信州創造プラン(長野県総合 5 か年計画)推進中

Challenge your future

長野県立大学
THE UNIVERSITY OF NAGANO
2018年4月開学



2018信州総文祭
大会マスコットキャラクター
信州なび助



信州やまほいく

健康福祉部保健・疾病対策課感染症対策係
(課長)西垣明子 (担当)山崎千速 笠原ひとみ
電話 026-235-7148 (直通)
FAX 026-235-7170
E-mail hoken-shippei@pref.nagano.lg.jp

【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)	ピーク
H24-25	50週 (12/10~12/16)	2週 (1/7~1/13)	4週 (1/21~1/27)	5週 (40.80人) (1/28~2/3)
H25-26	51週 (12/16~12/22)	3週 (1/13~1/19)	5週 (1/27~2/2)	5週 (44.66人) (1/27~2/2)
H26-27	48週 (11/24~11/30)	51週 (12/15~12/21)	3週 (1/12~1/18)	4週 (43.45人) (1/19~1/25)
H27-28	1週 (1/4~1/10)	3週 (1/18~1/24)	5週 (2/1~2/7)	9週 (43.76人) (2/29~3/6)
H28-29	46週 (11/14~11/20)	1週 (1/2~1/8)	3週 (1/16~1/22)	5週 (42.21人) (1/30~2/5)
H29-30	47週 (11/20~11/26)	—	—	—

※ () 内の人数は、定点当たりの患者数

- ・過去5年間と比較すると、昨シーズン (H28-29) に次いで2番目に早い流行入りです
- ・流行のピークは、例年1月下旬~2月上旬です