



令和5年12月13日

保健予防課

担当者：野村、木村  
電話：0776-20-0351  
代表(内線)：0776-21-1111 (内線2626)  
メール：hoken-yobo@pref.fukui.lg.jp  
紹介：<http://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kenkou/index.html>

## インフルエンザ警報を発令します

インフルエンザの発生動向については、令和5年11月22日に「インフルエンザ注意報」を発令しているところですが、県内のインフルエンザ定点医療機関（39医療機関）における令和5年第49週（12月4日～12月10日）の報告数が、1定点あたり30.69人となり、警報レベルである30人を上回りましたので、「インフルエンザ注意報」を本日付けで「インフルエンザ警報」に切り替えます。

また、県内の学校等での学級閉鎖等の増加が続いていること、今後も県内全域において流行が拡大する可能性があること等から、各自で予防対策を徹底する必要があるとともに、急激な発熱、咳、咽頭痛、関節痛などインフルエンザの症状がみられた場合には、早期に医療機関を受診する必要があります。

つきましては、下記事項について、広く県民に周知していただきますよう、よろしくお願ひします。

### 記

- 日常生活でできるインフルエンザの予防について
  - (1) 帰宅時にはうがい、せっけんを使った手洗いをしましょう。
  - (2) 人混みは避けましょう。マスクの着用も予防に有効です。
  - (3) 室内は加湿器などで適切な湿度を保ちましょう。
  - (4) 栄養と休養を十分に取らしましょう。
  - (5) 重症化の防止にワクチンが有効です。
- 咳エチケットについて
  - (1) 咳やくしゃみなど、少しでも症状のある人は必ずマスクを着用しましょう。
  - (2) 咳やくしゃみの際には、ティッシュなどで鼻と口を押さえて、周りの人から顔をそむけましょう。
  - (3) 使用後のティッシュはフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。
- 基礎疾患等を有する方への注意事項  
慢性腎不全、悪性腫瘍、喘息等の基礎疾患を有する方や妊婦の方、乳幼児やご高齢の方などは重症化するリスクが高いといわれており、特に注意が必要です。上記の予防対策を徹底するとともに、症状が現れた場合は速やかに医療機関を受診しましょう。
- 医療機関の受診にあたって
  - (1) 医療機関を受診する際は、マスクを着用するようにしましょう。
  - (2) 受診前に、医療機関の受付時間帯・受診方法について確認してから受診しましょう。

添付ファイル



R5-6シーズン警報チラシ.pdf

# 県内でインフルエンザが流行しています！



以下の基礎疾患をお持ちの方が、インフルエンザに罹ると重症化するリスクが高いといわれていますので、特に注意が必要であり、予防対策等の徹底をお願いします。

- 慢性呼吸器疾患
- 慢性心疾患
- 糖尿病等の代謝性疾患
- 腎機能障害
- ステロイド内服などによる免疫機能不全

また、○妊婦 ○幼児 ○高齢の方も同様に注意が必要です。

## 〔予防方法等〕



### 1 手洗い・うがいをしましょう。

- 特に帰宅した際のうがいと石けんを使った手洗いを心がけましょう。
- うがいと手洗いは、インフルエンザに限らずほかの感染症の予防にもつながります。

### 2 人ごみをさけましょう。

- 人ごみでは感染の機会が多くなりますので、インフルエンザウイルスを避けるためにはできるだけ人ごみを避けてください。
- 外出する際にはマスクを着用するとよいでしょう。

### 3 適度な湿度を保ちましょう。

- 空気が乾燥するとのどの粘膜も乾きやすくなり、ウイルスを防ぐ力が落ちますので、適度な湿度を保ってください。マスクをつけることも効果があります。

### 4 栄養と休養を十分に取らしましょう。

- 栄養のバランスのとれた食事と十分な睡眠をとり、疲労を避けましょう

### 5 重症化の防止にワクチンが有効です。

### 6 もしかかってしまったら……。

- マスクを着用した上で、早めに医療機関を受診してください。
- 早めに治療することは、症状が重くならないようにするだけでなく、ほかの人へうつさないためにも大変重要です。
- また、睡眠を十分とり安静にすることやバランスのとれた消化のよい食事をとること、お茶やジュース、スープなどで水分を十分補給すること、外出を避けるといった点に気をつけてください。
- 周囲の方へうつさないようマスクを着用してください。、『咳エチケット』

#### ◆ 咳エチケット

- ①咳やくしゃみなど、少しでも症状のある人は必ずマスクをしましょう。医療機関を受診する際も、必ずマスクをして受診しましょう。
- ②咳やくしゃみの際には、ティッシュなどで鼻と口を押さえて、周りの人から顔をそむけましょう。
- ③使用後のティッシュはフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。



## ■ インフルエンザに関する情報提供について

福井県庁ホームページ「福井県インフルエンザ関連情報」

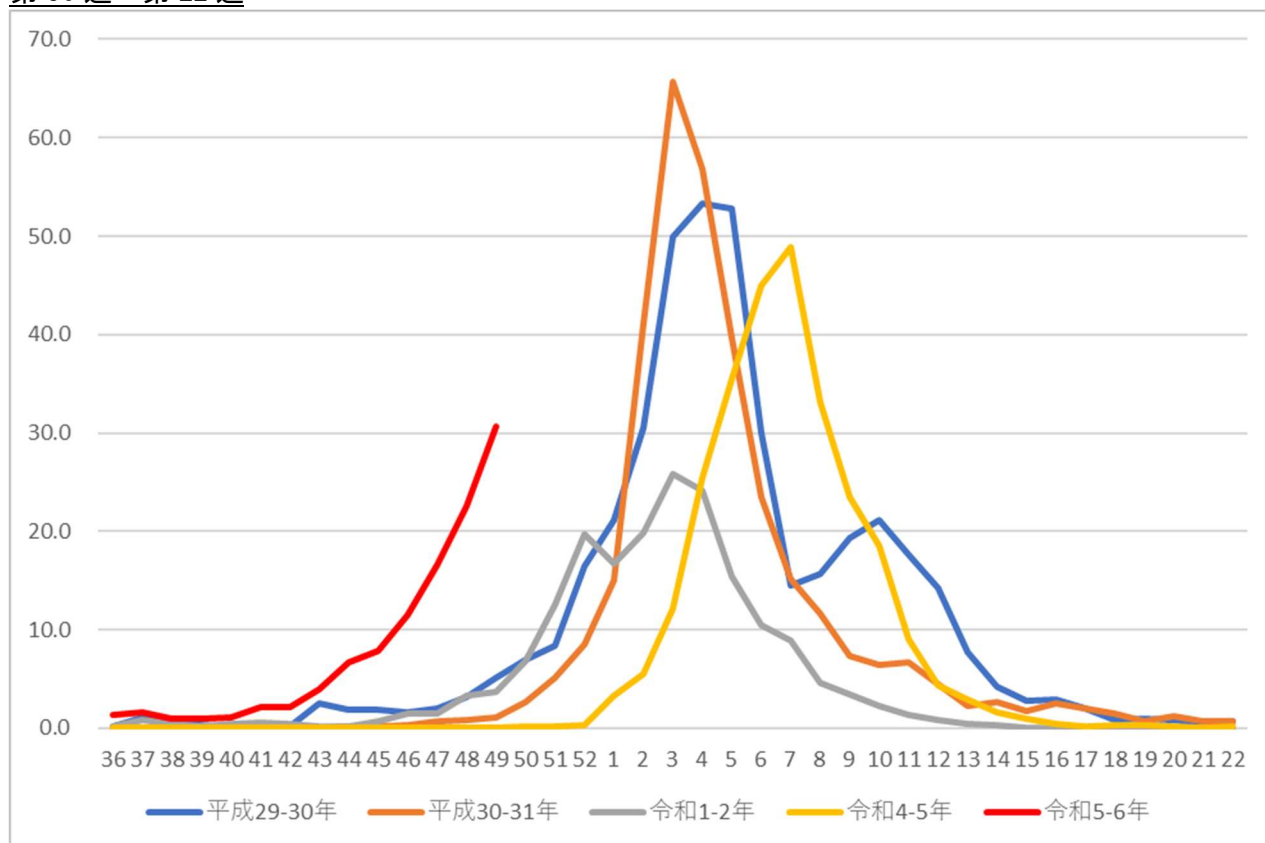
<http://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kenkou/kansensyo-yobousessyu/influenza2.html>

インフルエンザの発生状況等の詳しい情報は、以下のホームページでご覧いただけます。

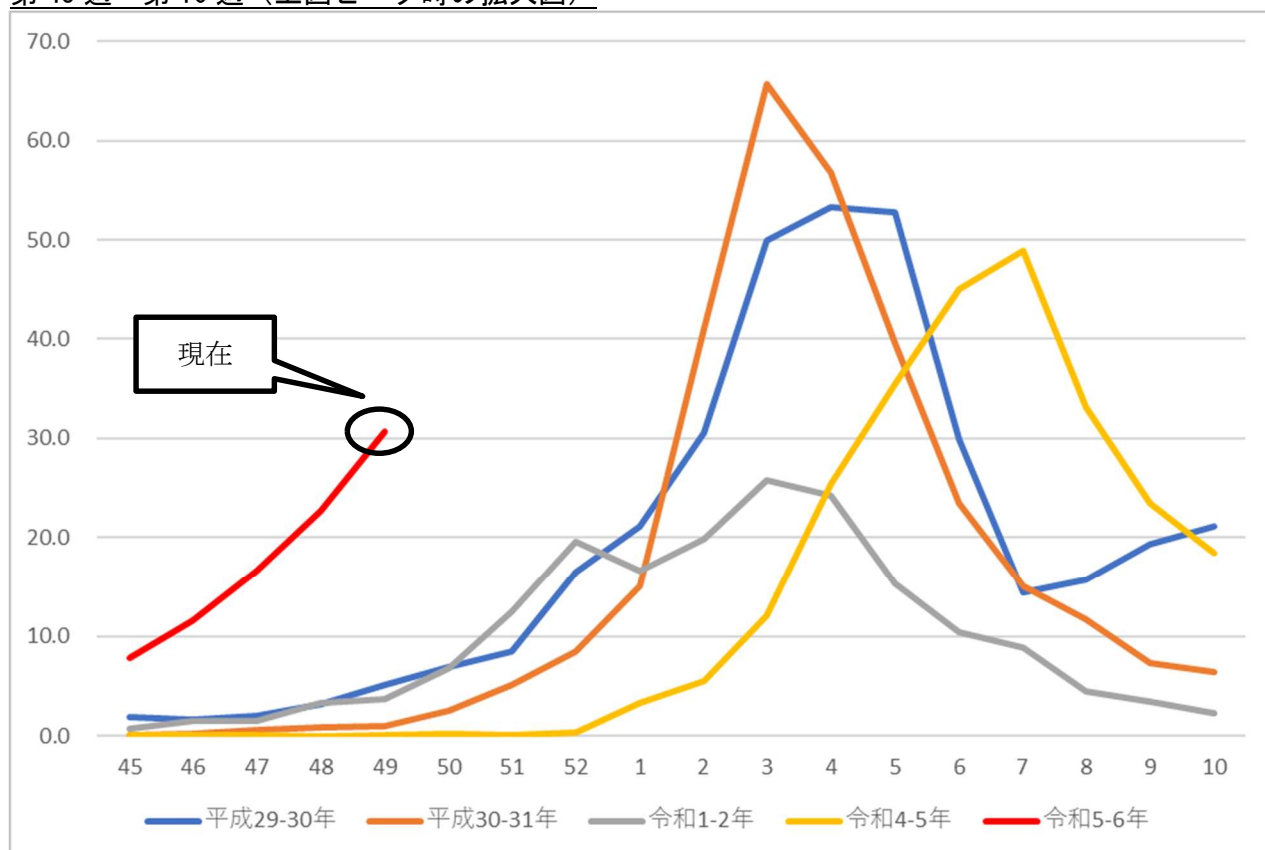
- ・ホームページ「福井県感染症情報」(<http://info.pref.fukui.lg.jp/kansensyou/>)
- ・国立感染症研究所のホームページ(<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/a/flu.html>)

## <参考>インフルエンザの定点当たり患者数推移(福井県)

第36週～第22週



第45週～第10週 (上図ピーク時の拡大図)



※令和 2-3 年、令和 3-4 年はインフルエンザの流行はありませんでした。

※令和 1-2 年は警報レベルには達しませんでした。