

## インフルエンザ様疾患による学級閉鎖等の措置について(第6報)

### あ、その咳、そのくしゃみ ～咳エチケットしてありますか？～

インフルエンザ様疾患の集団発生により学級閉鎖等の措置を行う旨、下記のとおり連絡がありましたのでお知らせします。

本県では、49週(12月1日～12月7日)現在の定点あたり報告数が1.63人(全国1.62人)となり、流行開始の指数である定点あたり1.0人を上回り、インフルエンザの流行が始まったと考えられますので、県民へ以下の呼びかけをお願いします。

インフルエンザの予防には、手洗い・うがいの実施と咳エチケット(\*詳細は別紙を参照ください)が有効です。また、インフルエンザワクチンの予防接種を受けることで、感染した時の重症化を防ぐ効果が期待できます。ワクチンは、抗体ができるまで接種後2～3週間を要しますので早めに予防接種を受けましょう。

#### 記

#### 1 連絡受理期間

平成20年12月4日(木)～12月10日(水)

#### 2 発生の概要

(1) 学年閉鎖 3学年(小学校：3学年)

(2) 学級閉鎖 14学級(小学校：13学級, 中学校：1学級)

\* 詳細は別添資料をご覧ください。

#### 3 今シーズンの措置状況(平成20年10月28日～12月10日現在)

施設区分	措置数(延べ)		患者数		措置内容					
					休校(園)		学年閉鎖		学級閉鎖	
	発生数	累計	発生数	累計	発生数	累計	発生数	累計	発生数	累計
保育園										
幼稚園										
小学校	16	27	255	442			3	8	13	19
中学校	1	4	15	63				1	1	3
高等学校										
特殊教育学校										
計	17	31	270	505			3	9	14	22

※ (参考) 措置基準(昭和52年県教育委員会教育長通知):学級等における欠席率が20%に達した場合は、学校医等と相談し、学級閉鎖、学年閉鎖及び休校等の措置をとる。

#### <参考>インフルエンザ様疾患発生報告(学級閉鎖等)による患者数の前年同期との比較

	今シーズンの患者数	前年同期の患者数
全国	2,512人(H20.11.23～H20.11.29)	17,653人(H19.10.28～H19.12.1)
本県	505人(H20.12.10)	458人(H19.12.12)

# インフルエンザの予防について

## あ、その咳、そのくしゃみ ～咳エチケットしてますか？～

### ◇ インフルエンザにかからない、うつさないための対策

#### ★帰宅時の手洗い、うがい

- ・ 咽頭粘膜や手指など身体に付着したインフルエンザウイルスを取り除くために、有効な方法です。

#### ★咳エチケット (咳やくしゃみをすると、ウイルスが2m～3m飛ぶと言われています。)

- ・ 咳・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- ・ 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。
- ・ 咳をしている人にマスクの着用を、お願いしましょう。

#### ★流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、罹患した場合の重症防止に有効といわれています。

#### ★適度な湿度の保持

- ・ 空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなりますので、外出時にはマスクをしたり、室内では加湿器などを使って適度な湿度(50～60%)を保ちましょう。

#### ★十分な休養と栄養摂取

- ・ からだの抵抗力を高めるために十分な休養と栄養を日ごろから心がけましょう。

#### ★人混みや繁華街への外出を控えること、外出時のマスク着用

- ・ インフルエンザが流行してきたら、特に高齢者や慢性疾患を持っている人、疲労気味、睡眠不足の人は、人混みや繁華街への外出を控えること、外出時にはマスクを着用することも効果があります。

### ◇ インフルエンザにかかった場合の対応

- ・ 早めに**医療機関を受診**して治療を受けましょう。
- ・ 安静にして、休養をとりましょう。特に、**睡眠を十分に**とることが大切です。
- ・ **水分を十分に**補給しましょう。お茶やスープなど飲みたいもので結構です。
- ・ 一般的に、インフルエンザを発症してから**3～7日間はウイルスを排出**すると言われていいますので、その間は外出を控えましょう。

\*参考までに、学校保健法では、「**解熱した後2日を経過するまで**」をインフルエンザによる**出席停止期間**としています(ただし、病状により学校医その他の医師において伝染のおそれがないと認めるときはこの限りではありません)。

- ・ 咳などの症状がある場合は、周りの方へうつさないために、咳やくしゃみをする際にはティッシュで口元を覆う、あるいは**マスクを着用**しましょう。

あ、その咳、  
そのくしゃみ



# 咳エチケットしてありますか？

「咳エチケット」  
とは？

- 咳・くしゃみがでたら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いします。

インフルエンザ  
予防のために  
できること

- 外出後のうがいや手洗いを定期的に行いましょう。
- 十分に栄養や睡眠をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- ワクチン接種を希望される方は、お近くの医療機関にご相談下さい。

※なお、高齢者の方(原則65歳以上)がインフルエンザ予防接種を希望する場合は、予防接種法(定期的予防接種)の対象者として接種を受けることができます。

## インフルエンザに関する情報

厚生労働省ホームページ

▶ <http://www.mhlw.go.jp/index.html>

国立感染症研究所感染症情報センターホームページ

▶ <http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>

## 新型インフルエンザとは？

世界的流行が心配されている新型インフルエンザに対し、政府は行動計画を定めて、発生に備えた対応を行っています。詳しくは、厚生労働省HP「新型インフルエンザ対策関連情報」まで。

▶ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/>

## インフルエンザ等感染症相談窓口

新型インフルエンザ・季節性インフルエンザ・動物由来感染症・性感染症などについて相談にお応えします。

電話番号：03-3234-3479 [委託先：(株)保鶴同人社] 期間：平成20年7月1日～平成21年3月31日まで