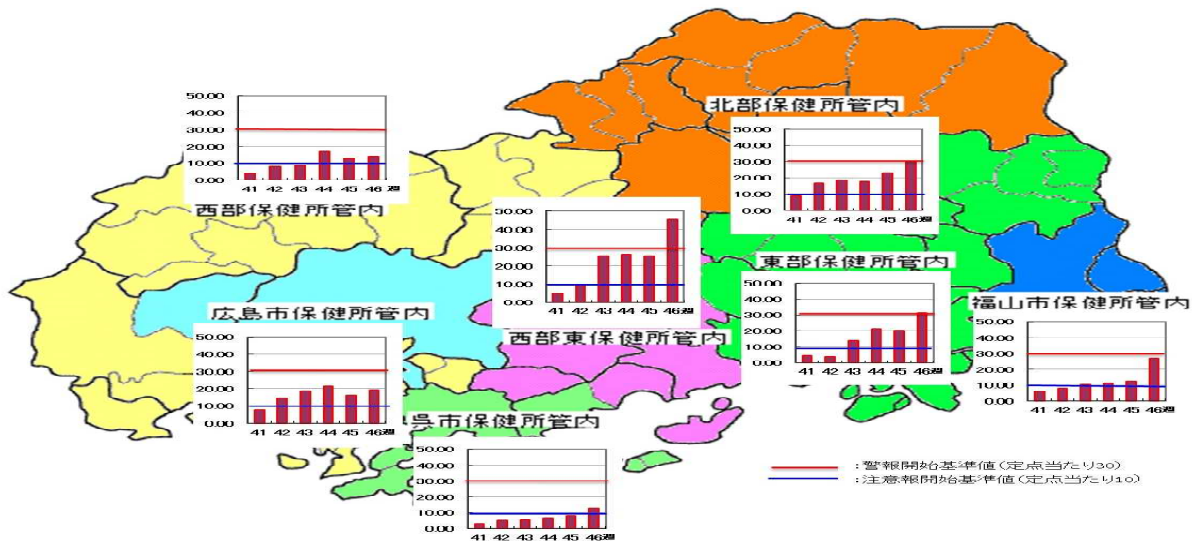


# インフルエンザ及びプール熱（咽頭結膜熱）の流行拡大防止への注意喚起

■保健所別状況【第41週(10/9-10/15)～第46週(11/13-11/19)】

保健所名等		区分	第41週	第42週	第43週	第44週	第45週	第46週	
県保健所	西部 大竹市, 山日市, 安芸高田市, 坂町, 海田町, 熊野町, 安芸太田町, 北広島町, 江田島市	定点当たり	4.19	7.94	8.63	16.81	12.94	14.25	
		患者数	67	127	138	269	207	228	
	西部東 竹原市, 東広島市, 大崎上島町	定点当たり	4.60	10.00	25.70	26.50	25.70	45.40	
		患者数	46	100	257	265	257	454	
	東部 三原市, 尾道市, 世羅町, 府中市, 神石高原町	定点当たり	4.47	3.87	13.80	21.20	20.13	31.47	
		患者数	67	58	207	318	302	472	
	北部 三次市, 庄原市	定点当たり	8.83	16.67	18.50	17.67	23.17	30.33	
		患者数	53	100	111	106	139	182	
	呉市		定点当たり	3.33	5.33	5.83	7.08	8.17	13.00
			患者数	40	64	70	85	98	156
	福山市		定点当たり	6.28	8.17	10.33	11.44	12.72	27.17
			患者数	113	147	186	206	229	489
広島市		定点当たり	7.83	14.57	18.83	21.56	16.08	19.44	
		患者数	282	510	678	776	579	700	

※上段: 1定点医療機関での1週間あたり患者数の平均  
下段: 報告患者数



広島県感染症発生動向調査による令和5年第46週（11月13日から11月19日）の定点医療機関（113 医療機関）からのインフルエンザの報告患者数が、西部東、東部及び北部保健所管内で、国立感染症研究所が示している警報開始基準値（定点当たり 30）を上回り、インフルエンザの流行が本格的になったと考えられるため、広島県の感染症発生動向調査警報・注意報発令要領に基づき、11月24日県内全域に「インフルエンザ警報」が発令されました。

インフルエンザの流行は広がりが速く、罹患率も高いため、感染経路をよく理解して、各チーム内・各家庭内においても予防対策を行って下さい。

また、プール熱（咽頭結膜熱）も定点当たりの数値が上昇傾向にありますので、合わせて予防対策をお願いします。

### 【予防，流行拡大防止の注意点】

外から帰ったときなど、こまめに流水と石けんで「手洗い」をしましょう。

インフルエンザの主な感染経道は、ウイルスの付着した手や指を介して、口や鼻から体内にはいることによるものです。基本的なことになりますが、最も効果的な予防方法は手洗いです。

－効果的な手洗いの方法－

1. 時計や指輪をはずし、流水で手・手首をぬらす。

【ポイント1】常にきれいな水で洗うため、溜めた水では洗わない。

2. 石けんをつけて、よく泡立てる。

3. 手のひらを合わせてよくこする。

4. 手の甲を伸ばすようにこする。

5. 指先、爪の間を入念にこする。

6. 指の間、付け根もよくこする。

7. 親指の周りをねじり洗いする。

8. 手首を洗う。

【ポイント2】洗い残しが多い指先、親指の付け根や手首などを特に入念に洗う。  
流水で十分にすすぐ。

9. ペーパータオルまたは清潔なタオルで拭き、完全に乾燥させる。

【ポイント3】タオルなどの共用は絶対にしない。

10. 水道の蛇口栓を手を拭いたタオルなどを使いとめる。

【ポイント4】洗った手で水道の蛇口栓を触ると、再び手が汚染してしまいます。

－咳エチケットを守りましょう。－

咳エチケットとは

- ・咳・くしゃみが出たら、ほかの人にうつさないために薬局などで市販されている不織布（ふしょくふ）製マスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ハンカチなどで口と鼻を覆い、ほかの人から顔をそむけて1 m以上離れましょう。
- ・鼻水・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しょう。

本格的な流行の前に予防接種を受けましょう。

インフルエンザに罹りにくくなり、罹っても症状が軽くなる効果があります。

室内は加湿器などを使って、適度な湿度（50%から60%）を保ちましょう。

睡眠をしっかりとり、バランスのとれた食事を心がけ、体力をつけましょう。

人が集まる場所への不必要な外出は避け、出掛けるときはマスクを着用しましょう。

症状などからインフルエンザが疑われる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。特に、基礎疾患（腎臓疾患、心臓疾患、呼吸器疾患など）をお持ちの方や、妊婦、高齢者、乳幼児は合併症を起こしたり、重症化する恐れがありますので注意しましょう。

★大会・カップ戦・練習等の参加に関しては、決して強要することはしないで下さい。

★新型コロナ感染症と同じように、チーム内選手が発症した場合は、チーム練習等の状況を報告して下さい。

2023年11月24日

広島県バスケットボール協会 U12 部会尾三地区  
地区部会長 藤本 芳之