別紙１

インフルエンザに注意しましょう。
～手洗い、咳エチケット等予防に努めましょう～

新潟県福祉保健部感染症対策・薬務課

１　流行状況

○　令和８年第 45 週（11 月２日～11 月８日）のインフルエンザの定点当たりの報告数は 15.71 と前週の 13.44 に比べて増加し、注意報基準（定点当たり 10）を超えています。

○　参考　　流行期入りの目安　　定点当たり報告数　　1
　　注意報の基準　　定点当たり報告数　10
　　警報の基準　　定点当たり報告数　30（警報終息の基準　10 ）

○　直近のシーズンで初めて、全県で流行期入り、注意報、警報基準を超えた週
　流行期：2025(令和７)年第 43 週（10 月 20 日～10 月 26 日）：定点当たり 2.05
　注意報：2025(令和７)年第 45 週（11 月３日～11 月９日）　：定点当たり 11.20
　警　報：2025(令和７)年第 47 週（11 月 17 日～11 月 23 日）：定点当たり 51.45

２　予防方法等

○　外出が必要な場合はマスクを着用し、人混みを避けてください。
○　具合が悪いときは外出を控え、イベント等への不参加を徹底しましょう。
○　発熱や咳などの症状がある方は、登校／出勤はしないようにしましょう。
○　外出からの帰宅後は手洗いを徹底してください。
○　バランスのとれた食事と十分な睡眠で基礎体力をつけてください。
○　室内では、適度な湿度（５０～６０％）を保ってください
○　基礎疾患（慢性肺疾患、免疫不全状態、慢性心疾患、糖尿病、腎臓病等）のある方や妊婦は重症化する例もありますので、予防には特に注意してください。
○　り患したと思われる場合は、早めに医療機関を受診してください。

３　学校保健安全法における扱い

○　第二種感染症として定められており、発症から５日を経過し、かつ解熱した後２日（幼児は３日）を経過するまで出席停止となります。ただし、病状により学校医その他の医師が感染のおそれがないと認めたときには、この限りではありません。