

表中の赤字は警報基準値超え

| 定点医療機関<br>あたりの報告数      | 年間を通して流行する感染症                                                                     |       |       |       |                                                                |       |       |       | 今流行している感染症                                                         |       |       |       |                                                |       |       |       |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|----------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|------------------------------------------------|-------|-------|-------|
|                        | 新型コロナ                                                                             |       |       |       | 急性呼吸器感染症<br>(ARI)                                              |       |       |       | 感染性胃腸炎                                                             |       |       |       | インフルエンザ                                        |       |       |       |
|                        | 8/3~<br>8/9                                                                       | ~8/16 | ~8/23 | ~8/30 | 8/3~<br>8/9                                                    | ~8/16 | ~8/23 | ~8/30 | 8/3~<br>8/9                                                        | ~8/16 | ~8/23 | ~8/30 | 8/3~<br>8/9                                    | ~8/16 | ~8/23 | ~8/30 |
| 松戸保健所管内<br>(松戸、流山、我孫子) | 1.15                                                                              | 0.89  | 0.70  | 2.00  | 74.30                                                          | 50.67 | 63.95 | 72.90 | 4.91                                                               | 2.20  | 4.82  | 6.36  | 0.70                                           | 1.00  | 1.80  | 2.40  |
| 定点医療機関数                | 20                                                                                | 18    | 20    |       | 20                                                             | 18    | 20    |       | 11                                                                 | 10    | 11    |       | 20                                             | 18    | 20    |       |
| 前週比                    | ↑                                                                                 | ↓     | ↓     | ↑     | ↑                                                              | ↓     | ↑     | ↑     | ↓                                                                  | ↓     | ↑     | ↑     | ↑                                              | ↑     | ↑     | ↑     |
| コメント                   | 年代別の患者割合は29歳以下が半数を占めています。<br>0歳から29歳・・・50.0%<br>30歳から59歳・・・27.5%<br>60歳以上・・・22.5% |       |       |       | 松戸保健所管内の定点あたりの報告数は、県内でも高い状況が続いています。特に10歳未満の世代が全体の63.6%を占めています。 |       |       |       | 松戸保健所管内の定点あたりの患者数は、県内で最も多い状況です。帰宅後、排泄後、食事前など、石けんと流水で30秒以上手を洗いましょう。 |       |       |       | 松戸保健所管内だけでなく、千葉県、東京都でも増加が続いており、全国的な流行が開始しています。 |       |       |       |
| 千葉県                    | 1.38                                                                              | 0.82  | 1.20  | 1.29  | 46.92                                                          | 27.08 | 38.91 | 42.34 | 2.53                                                               | 1.70  | 2.27  | 2.62  | 0.54                                           | 0.84  | 1.80  | 2.51  |
| 前週比                    | ↑                                                                                 | ↓     | ↑     | ↑     | ↓                                                              | ↓     | ↑     | ↑     | ↑                                                                  | ↓     | ↑     | ↑     | ↑                                              | ↑     | ↑     | ↑     |
| 東京都                    | 0.44                                                                              | 0.48  | 0.77  | 1.08  | 40.79                                                          | 30.46 | 34.74 | 40.02 | 3.84                                                               | 2.77  | 3.68  | 3.77  | 0.82                                           | 0.90  | 1.50  | 2.65  |
| 前週比                    | ↑                                                                                 | ↑     | ↑     | ↑     | ↓                                                              | ↓     | ↑     | ↑     | ↑                                                                  | ↓     | ↑     | ↑     | ↑                                              | ↑     | ↑     | ↑     |

## 例年よりも早く「インフルエンザ」が流行開始

松戸保健所管内の2026年8月3日から8月9日までの定点あたりの患者報告数が1.00となり、昨年よりも1か月以上早く、流行開始の目安となる定点あたり1.00以上となりました。厚生労働省も8月28日に流行開始を発表し、今後、更なる流行が予想されるため、症状や予防方法などを確認しておきましょう。

### こんな症状に注意！

潜伏期間は1～3日程度です。主な症状は、**38℃以上の発熱、頭痛、倦怠感、筋肉痛・関節痛、咳、鼻水**等であり、普通の風邪に比べ全身症状が強いことが特徴です。  
高齢者や基礎疾患（糖尿病、呼吸器疾患、心疾患等）のある方、妊婦、子ども等は重症化することもあります。  
主な感染経路は**飛沫感染（咳、くしゃみ）・接触感染**です。特に暑い時期は冷房が効いた室内で過ごす時間が長くなり、換気が不十分になると、飛沫感染が起きやすくなります。

### インフルエンザにかからないために

#### ①外出後の手洗い等

流水、石けんによる手洗いや手指消毒液で消毒しましょう。

#### ②十分な休養とバランスのとれた栄養

体の抵抗力を高めるために日ごろから心がけましょう。

#### ③人混みや繁華街を避ける

人混みに入る場合には、不織布マスクの着用を心がけましょう。

#### ④室内ではこまめに換気する

台所、洗面所の換気扇により、室温を大きく変動させることなく換気できます。窓開けによる換気は対角線上にあるドアや窓を2か所開放すると効果的に換気できます。

### 医療機関に電話や受診する前に

症状が始まった日時、最高体温と測定日時、職場・学校等周囲の感染状況、使用した薬などをメモしておく受診方法や検査の必要性を判断する助けになります。

## 感染性胃腸炎が県内最多

松戸保健所管内の直近の定点あたりの患者報告数は県内最多となっています。まだ残暑もあり、食中毒の原因となる細菌（O157などの腸管出血性大腸菌、カンピロバクター、サルモネラ属菌など）が多く発生するため、引き続き注意が必要です。

### 家庭での食中毒予防の3原則

#### 【食中毒予防の3原則】

- ①細菌を食べ物に「**付けない**」  
・石けんで丁寧**に手を洗ってから調理**をしましょう。  
・清潔な容器に保存しましょう。
- ②食べ物に付着した細菌を「**増やさない**」  
・買い物から帰ったら**すぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管**します。  
・料理は長時間室温に放置せず、**早めに食べ**ましょう。
- ③食べ物や調理器具に付着した細菌を「**やっつける**」  
・肉や魚は、**中心部を75℃で1分間以上加熱**しましょう。

## 行楽シーズンは毒キノコも注意

例年、夏の終わりから秋にかけて、毒キノコを食用キノコと誤認した、食中毒も多く発生します。  
食用キノコだと判断できないキノコは①採らない、②食べない、③売らない、④人にあげないようにしましょう。  
誤って野生のキノコを食べて体調が悪くなったら、すぐに医療機関を受診してください。

厚生労働省  
それ毒キノコかも！

