MATSUDO CITY MONTHLY NEWS

松戸市感染症情報

matsudo

発行日：2026年11月11日
発　行：健康医療政策課
次回は12月9日 発行予定

表中の赤数字は警報基準値超え

定点医療機関あたりの報告数	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（ARI）				感染性胃腸炎				インフルエンザ			
	10/5～10/11	～10/18	～10/25	～11/1	10/5～10/11	～10/18	～10/25	～11/1	10/5～10/11	～10/18	～10/25	～11/1	10/5～10/11	～10/18	～10/25	～11/1
松戸保健所管内（松戸、流山、我孫子）	3.40	1.55	1.30	**1.30**	140.15	115.60	113.55	**107.80**	4.36	3.55	4.00	**4.55**	25.85	20.30	14.30	**13.00**
定点医療機関数	20				20				11				20			
前週比	↑	↓	↓	→	↑	↓	↓	↓	↑	↓	↑	↑	↓	↓	↓	↓
コメント	患者の発生は全年代にわたっています。 0歳から29歳‥‥ 30.8% 30歳から59歳‥‥50.0% 60歳以上‥‥‥‥‥19.2%				年代別患者割合は、29歳以下が7割以上を占めています。 0歳から29歳‥‥ 76.8% 30歳から59歳‥‥12.6% 60歳以上‥‥‥ 10.6%				定点当たりの患者数は、県内の平均よりも高くなっています。嘔吐物や排泄物の処理後は、せっけんを用いた手洗いを行い、換気も忘れずにしましょう。				松戸保健所管内は患者数の増加が一旦落ち着いています。「正しい手洗い」「換気」「咳エチケット」の基本的感染対策を続けましょう。			
千葉県	1.95	1.26	1.07	1.11	80.49	62.50	66.96	66.16	2.81	1.72	2.55	2.55	19.54	12.20	11.10	11.49
前週比	↑	↓	↓	↑	↑	↓	↑	↓	↑	↓	↑	→	↑	↓	↓	↑
東京都	1.61	0.99	0.80	0.74	74.44	56.00	59.44	55.19	3.63	3.08	3.41	3.68	15.88	9.16	8.35	6.91
前週比	↓	↓	↓	↓	↑	↓	↑	↓	↓	↓	↑	↑	↑	↓	↓	↓

備蓄してますか？

日頃から、地震や台風などに備えて、非常持ち出し品を用意したり、備蓄をしたりしていますか？１１月２日に発足した「防災庁」も、具体的な取り組みを呼びかけています。災害への備えは、感染症対策にも役立ちます。ぜひ、家庭での備えを点検してみましょう。



まずは水、食料、携帯用トイレを準備！

家庭では、最低３日間、できれば１週間分の水や食料などを備蓄しましょう。万が一、未知の感染症が流行した場合に、できるだけ生活に支障が出ないよう、想定して準備しておきましょう。

○飲料水　食事に使うものも含めて、**1人あたり１日３リットル**必要です。発熱した時は水分補給が大切です。電解質などを含む飲料もあると良いでしょう。

○食料　日常の一部として、普段から無理なく楽しみながら取り入れていくことが大切です。「主食」、「主菜（レトルト食品や缶詰など）」「副菜その他（海苔などの保存食品やお菓子など）」を、自分の**食生活スタイルに合わせて工夫**してみましょう。

○トイレ　**携帯用トイレや、簡易トイレ**を試しに購入して使ってみましょう。使いやすいもの、長期保存が可能なものを買い置きしておくと安心です。

マスク、消毒用品などを忘れずに



基本的な感染対策のうち、咳エチケットでは、**不織布マスク**が有効と言われています。**消毒液**や、消毒ができるウエットティッシュなどは、開封すると、日にちが経つにつれて効果が低くなる場合が多いです。日常の生活でも使用して、適度に新しい物と交換しましょう。

この他に、常備薬の期限を定期的に確認する事も大切です。また、体温計は家庭に１本備えておきましょう。

やってみましょう「ローリングストック」

日常的に使う物を少し多めに買い置きしておき、期限を考えて古いものから消費する**「ローリングストック」**は、気軽に始められる備蓄です。災害時などに物流が止まり、いつものように買い物ができない場合に備えましょう。

政府広報オンライン

「咳エチケット」の季節です

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれないため、咳エチケットを心がけましょう。

①マスクを着用する
鼻の部分に隙間があったり顎が出ていたりすると、効果がありません。鼻と口の両方を覆い、正しい方法で着用しましょう。

②口と鼻を覆う
マスクがないときも、ティッシュや上着の袖などで口や鼻を覆うようにしましょう。

③すぐに捨てる
使い終わったマスクや口や鼻を覆ったティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。

④顔をそらす
飛沫は、1～2メートル飛ぶと言われています。
他の人にかからないようしましょう。

⑤こまめに手洗い
くしゃみや咳を押さえた手でドアノブなど周囲の物にウイルスを付着させないために、手洗いを心がけましょう。

厚生労働省 咳エチケット