

# インフルエンザシーズンに備えて

これから秋冬のインフルエンザシーズンを迎えるにあたって、その対策についてお知らせします。

8月10日、WHO(世界保健機関)は全世界に向けて新型インフルエンザ(H1N1)の終息宣言を出しました。

しかし、これは新型インフルエンザウイルスが消え去ったわけではなく、現在の流行状況が典型的な季節性インフルエンザの発生様式に近くなってきたりとの判断による終息宣言であり、継続的な監視が必要であると勧告しております。

また、新型インフルエンザは、今後数年間は季節性インフルエンザとして感染を繰り返すだろうとも説明しています。

※新型インフルエンザとは、ウイルスが変異して種の壁を超えて伝播するようになり、動物からヒトへと伝播し、さらにはヒトからヒトへと伝播が容易になり、感染が広がっていく状況になって初めて「新型インフルエンザ」と判定されます。

新型のインフルエンザウイルスであることから、一般にこれに対する抵抗力(免疫)をもって

いる人はいないので、発生すれば世界的な大流行(パンデミック)を起こす恐れがあるインフルエンザをいいます。

※季節性インフルエンザとは、毎年流行する通常のインフルエンザのことであり、インフルエンザウイルスに感染しておこる病気です。ウイルスには、A香港型・Aソ連型・B型などの種類があります。

主な症状としては、風邪よりも比較的急速に悪寒、高熱、筋肉痛、全身倦怠(けんたい)感や発症させるのが特徴で、併せてのどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。

ほとんどの方は、これまで一度はインフルエンザにかかったことがあると思いますが、一度かかると、その原因となったウイルスに対して抵抗力(免疫)が高まります。従来から流行している季節性インフルエンザに対しては、多くの人が既にこの免疫を持っているわけです。

※季節性インフルエンザと新型インフルエンザとの違いは、症状ではなく、感染力だということもできます。新型インフルエンザウイルスに対しては、大部分の人間は免疫を持っていないため、通常の季節性インフルエンザと比べて爆発的に感染が拡大し、非常に多くの人に感染することが想定されています。

また、同時に肺炎などの合併症をおこし、重症化する可能性も季節性インフルエンザよりも高くなると言われています。

## 南半球の国々のインフルエンザ流行状況

今シーズンの日本でのインフルエンザ流行を予測する上で、半年早くインフルエンザシーズンを迎えた南半球の温帯地域の国々の流行状況は大変重要な要素になります。

WHOの最新の公式発表の要旨をまとめると次のようになります。

### 【WHO発表の要旨】

「南半球の国々では全体的にインフルエンザウイルスの感染活動性は低く、あっても散発的である。」

南アフリカでは、主として季節性インフルエンザのA香港型(H3N2)とB型が流行したが、7月に入ってピークを終えて終息段階

に入った。臨床的判断からすると今季のインフルエンザの流行程度は軽いと判断される。

オーストラリアでは、全体的にインフルエンザ様疾患保有数は少ないが、この4週間、軽度ながら増加している。全体として呼吸器検体から分離されるインフルエンザウイルス株数は5%にすぎないが、その三分の二は新型(H1N1)ウイルスで、三分の一はA香港型(H3N2)ウイルスである。

ニュージーランドでは、インフルエンザ様疾患の発生率は例年の流行域の下限以下であったが、インフルエンザシーズン終盤の冬期間遅くになってから、昨年度の流行程度が低かった地域を中心として就学前の子どもたちや学童を中心にウイルス感染が急増している。検出されるウイルスの大多数は新型(H1N1)ウイルスのようである。

最新のチリとアルゼンチンにおけるウイルス学的調査結果によると、インフルエンザウイルスの活動性は南アメリカでは非常に低いと考えられる。」と、ニュージーランドを除いた各国の流行程度は軽いと判断しています。

また、現時点では恐れられていた新型インフルエンザウイルスの変異も見られないので、日本でも昨年度のような大流行はおきないだろうと専門家は予測しているようです。

しかし、感染しやすい年齢層の免疫を獲得していない集団では、新型コロナウイルス(H1N1)の小規模な集団感染を起こすことは必ずですし、例年流行しているA香港型(H3N2)は高齢者での肺炎合併率が高いウイルスと言われています。インフルエンザは決して軽い感染症ではないことを改めて認識していただき、予防接種や感染防止策を徹底してインフルエンザシーズンに備えてください。

予防接種について

今シーズンのインフルエンザワクチンは、新型(H1N1)・A香港型(H3N2)・B型の3種を混合した「3価ワクチン」が、昨シーズンに大流行した新型インフルエンザ(H1N1)のみの「1価ワクチン」のいずれかを接種希望者が選択して接種することになります。

3種を混合した3価ワクチンは、例年流行する季節性のインフルエンザに対しても、また、昨シーズンに大流行した新型インフルエンザに対しても感染防止および重症化防止の効果も期待できますので、3価ワクチンの接種をお勧めします。

※今シーズンの新型インフルエンザワクチン接種の概要については、4ページで詳しくお知らせします。



インフルエンザ感染の防止策

市民の皆様には以前からお願してきた次の3点について、重ねてお願いします。

- ① 手洗い、うがいの励行
- ② 「咳エチケット」を守りましょう。
- ③ 外出する際にはできるだけマスクを着用するとともに、人込みを避けましょう。

正しい「手洗い」の方法

- ① 手のひらをあわせ(力強く5秒間)



- ② 手の甲を伸ばすように(右も左もごしごしと！10秒間)



- ③ 指先、つめの間もしっかりと(渦を描くように！5秒間)



- ④ 指の間も十分に(よくこすり合わせて！5秒間)



- ⑤ 親指を手のひらでねじり洗い(親指も忘れずに！5秒間)



- ⑥ 手首も忘れずに(5秒間)



- 手を洗った後はきちんと手を拭きましょう。タオルは常に清潔にしておきましょう。

正しい「うがい」の方法

- うがいのタイミング
  - ・ 人込みから出た後
  - ・ 帰宅したとき
  - ・ 朝起きたとき(一日でもっとも口腔内の菌数が多い)
  - ・ のどがいがらっぽいとき
  - ・ 空気が乾燥しているとき など

- うがいの方法
  - ① コップの水(20〜40ml)を口に含み、比較的強く約15秒間ぶくぶくうがいをし、軽くすすぐ。
  - ② 同量の水を口に含み、のどの奥まで届くようにあごを上げて約15秒間うがいをし、もう一度繰り返す。

※声を出す必要はありません。



感染を防ぐための「咳エチケット」

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人の咳やくしゃみなどの飛沫(ひまつ)とともに放出されたウイルスを吸い込むことによって感染します。1回の咳やくしゃみで体外に放出される病原体は1万から10万個ともいわれており、また飛沫の届く範囲も1〜2mに及ぶとされています。

インフルエンザなどの呼吸器感染症をほかの方にうつさないために、咳などの症状のある方は、次の「咳エチケット」の実施をお願いします。



●咳エチケット

- ・咳やくしゃみをする際には、ティッシュペーパーなどで口と鼻をおおい、ほかの人から顔をそむけ、1m以上離れる。
- ・咳やくしゃみを手でおおうと手にウイルスが付着し、その手で触ったドアノブなどを介して周辺への感染拡大の原因となるので、咳やくしゃみは曲げた肘の内側で受け止めるようにする。
- ・咳やくしゃみを手でおおった場合は、石けんで丁寧に洗い流す。
- ・咳やくしゃみをしている人はサージカルマスクを着用する。
- ・マスクをせず咳やくしゃみをして

いる人がいたら、サージカルマスクの着用を促す。

- ・口と鼻をおおうのに使ったティッシュペーパーやサージカルマスクは、すぐにふた付きのゴミ箱に捨て、廃棄する際にはビニール袋などで密閉し、ほかの人が触らないように配慮する。

※使用したティッシュペーパーやサージカルマスクなどを室内にためておかないようにする。



サージカルマスクの例

一人一人の心掛けがインフルエンザのまん延を防ぐこととなります。感染しないためにも、また、感染させないためにも皆様のご理解、ご協力をお願いします。

平成22年度新型コロナウイルスワクチン接種の概要

8月10日のWHO(世界保健機関)の新型コロナウイルス終息宣言を受けて、日本政府は8月27日に「新型コロナウイルス対策本部」を廃止しましたが、厚生労働省は、WHOの勧告の趣旨や今シーズンにおける再流行の可能性、ウイルスによる重症化等のリスクは変わらないなどのことを踏まえ、引き続き対応していくため、厚生労働省の対策本部は当面存続させることを発表しました。

た。

従って、既に公表されている平成22年度の新型コロナウイルスワクチン接種事業は当初の計画どおりに実施されることになりましたが、接種事業の詳細は今後示されることとされましたので、現時点で示されている項目についてのみお知らせします。

●接種対象者

すべての国民

※優先接種対象者は定めません。

●接種期間

10月1日〜年度末

※接種スケジュールは設けません。

●接種回数

原則として13歳未満は2回、13歳以上は1回

※1歳未満の小児は十分な免疫を付けることが困難なため、有益性とリスクを考慮し、保護者が強く希望する場合は接種することができると。

●接種ワクチン

次の①または②のいずれかを接種希望者が選択

- ① 新型(H1N1)・A香港型(H3N2)・B型の3種を混合した3価ワクチン
- ② 新型インフルエンザ(H1N1)のみの1価ワクチン

●接種費用の助成(低所得者負担軽減措置)



現行の新型コロナウイルスワクチン接種費用助成事業の終了

生活保護世帯および住民税非課税世帯の方に対して、接種費用の全額を助成  
※償還払い方式による助成を予定してはいますが、詳細については広報おおたわら10月1日号でお知らせします。

10月1日から新たな新型コロナウイルスワクチン接種事業が実施されることに伴い、昨年の10月から実施されているワクチン接種費用の低所得者負担軽減措置を含む現行の新型コロナウイルスワクチン接種事業を9月30日で終了すると厚生労働省が発表しました。

本市においても、昨年の11月9日から実施してまいりました優先接種対象者のうち、妊婦、幼児(1歳〜就学前)、小学生および1歳未満の小児の両親への接種費用の助成を、国における現行の新型コロナウイルスワクチン接種事業の終了と同時に終了いたしますので、ご理解をお願いします。

■問い合わせ

健康政策課健康危機管理係  
TEL (23) 8704

