

新型インフルエンザ予防マニュアル (市民用)

平成 20 年 12 月
浦安市役所

目 次

はじめに	・ ・ ・ P1
1. 新型インフルエンザの基礎的知識	
(1) 新型インフルエンザの出現	・ ・ ・ P2
(2) インフルエンザウイルスの感染経路	・ ・ ・ P7
2. 抗生インフルエンザウイルス薬による予防と治療	・ ・ ・ P8
3. プレパンデミックワクチンによる予防	・ ・ ・ P8
4. パンデミックワクチンによる予防	・ ・ ・ P9
5. 個人が実施できる具体的な感染予防策	・ ・ ・ P9
6. 感染予防に必要な衛生用品等と備蓄品について	・ ・ ・ P14
7. 新型インフルエンザが国内発生した場合	・ ・ ・ P15

はじめに

浦安市は地理的に非常に便利の良い所に位置しておりまして、成田・羽田空港に行き易く毎日直行バスが運行されています。また、近隣にも千葉港も存在しています。

東京にも近く、多くの市民の方々が毎日満員電車で通勤しています。更に、世界的な大規模集客施設等と、その周辺にホテル群が存在しています。新型インフルエンザの発生及び大流行する可能性は他市の市町村と比べて高いと思われまます。

新型インフルエンザは現在、トリからヒトへの感染がみられるフェーズ（流行の警報）3の段階ですが、いつヒトからヒトへの感染、いわゆる新型インフルエンザの発生フェーズ4になるか、非常に危機感が強まってきており、必ず来るともいわれております。

発生前から、新型インフルエンザについての正しい知識と各自ができる予防方法を実施することにより、感染予防や感染の拡大を防止することができますので、本市としては感染予防及び感染拡大防止策の周知・徹底を図るとともに市民が混乱を起こさないように「新型インフルエンザ予防マニュアル」を作成しました。

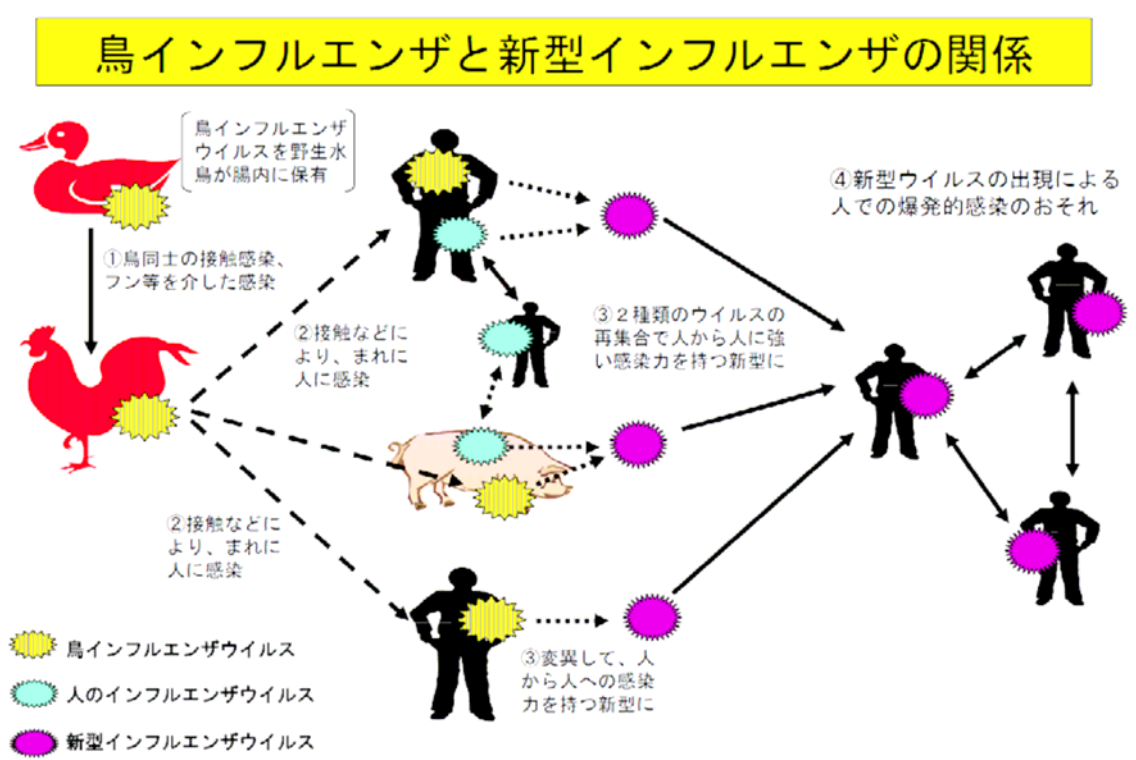
「新型インフルエンザ予防マニュアル」を参考に平素から家庭において各自が実施する感染予防対策や大流行（パンデミック）になったときの対応を相談しておきましょう。

1. 新型インフルエンザの基礎的知識

(1) 新型インフルエンザの出現

ア 新型インフルエンザの概要

新型インフルエンザウイルスとは、動物、特に鳥類にのみ感染していた鳥インフルエンザウイルスが、遺伝子の変異によって、ヒトの体内で増えることができるように変化し、さらにヒトからヒトへと効率よく感染するようになったものである。このウイルスがヒトに感染して起こる疾患が新型インフルエンザと呼ばれます。



(ア) 新型インフルエンザウイルスは、人間界にとっては未知のウイルスでヒトは免疫を持っていないため、容易にヒトからヒトへ感染して広がり、急速な世界的大流行（パンデミック）を起こす危険性がある。

(イ) 鳥インフルエンザウイルスにも様々な種類がありますが、現在最もこの新型インフルエンザに変異しそうなウイルスとして取り上げられているのは、

鳥インフルエンザ(H5N1)と呼ばれるものです。

イ 新型インフルエンザと通常のインフルエンザの違い

(ア) 新型インフルエンザと通常のインフルエンザの違いについて、現段階で想定される違いを表1に示してあります。

表1 新型インフルエンザと通常のインフルエンザとの違い

項目	通常のインフルエンザ	新型インフルエンザ
発病	急激	急激
症状 (典型例)	38℃以上の発熱 咳、くしゃみ等の呼吸気症状 頭痛、関節痛、全身倦怠感等	未確定(発生後に確定)※ 高熱、咽頭痛、咳、呼吸困難、筋肉痛、下痢等をおこし、多臓器不全により、死に至ると想定されるが現在のところ予測が困難である。
潜伏期間	2～5日	未確定※H5N1鳥インフルエンザの例によると2～5日と言われている。
ヒト—ヒト感染性	あり(かぜより強い)	強い
発生状況	流行性	大流行性/パンデミック
死亡率	0.1%以下	未確定(発生後に確定) ※アジア・インフルエンザ: 0.5% スペイン・インフルエンザ: 2%

(イ) 「かぜ」は通常、急性上気道炎のことを意味し、鼻、咽頭、上気道の粘膜にかぜウイルスが侵入して炎症を起こします。

鼻水、咽頭痛、軽度の咳が出るほか、発熱も短期間でかぜウイルスによる症状は自然に消失するのが基本です。

(ウ) 通常のインフルエンザはインフルエンザウイルスに感染して起こる病気で、かぜよりも、比較的急速に悪寒、高熱、筋肉痛、全身倦怠感を発症させるのが特徴です。

(エ) 新型インフルエンザの症状は未確定ですが、大部分のヒトが免疫を持っていないため、通常のインフルエンザと比べると爆発的に感染が拡大し、非常に多くの人々が感染することが想定されている。それと同時に感染者のうち多くの

割合で肺炎などの合併症を起こし、死亡する可能性も通常のインフルエンザよりも高くなる可能性があります。

(オ) 毎冬に流行する通常のインフルエンザは、ある程度ヒトと共存しており、高齢者や既に何らかの病気を持つ者を除き、感染による死亡率は0.1%以下です。我が国では1年間に約1,000万人がインフルエンザに感染し、約1万人が死亡しているという研究結果もあります。

ウ 過去に流行した新型インフルエンザからの示唆

(ア) 過去に流行した新型インフルエンザの一つとしてスペイン・インフルエンザ(1918年-1919年)があります。世界では人口の25~30%が感染し、4000万人が死亡したと推計されています。当時の記録から、大流行が起こると多くの人が感染し、医療機関は患者であふれ、国民生活や社会機能の維持に必要な人材の確保が困難になるなど、様々な問題が生じることが考えられています。

(イ) スペイン・インフルエンザでは、世界中に流行の波が到達するまで6~9ヶ月の期間であった伝えられていますが、現代社会では、人口の増加や都市への人口集中、航空機などの交通機関の発達などから、世界のどこで発生しても、より短期間にまん延すると考えられます。

(ウ) スペイン・インフルエンザにおいては3回の流行の波がありましたが、新型インフルエンザにも流行の波があり、一つの波が2ヶ月程度続くと考えられています。そのため、一度流行が終わったとしても、次の流行に備えて更なる対策を行う必要があります。

エ 新型インフルエンザの流行の警報フェーズ

(ア) WHOは、流行の警報フェーズを表2のように6つのフェーズに分けています。2008年7月末現在のフェーズは、3です。我が国ではそれぞれのフェーズに対して、国内非発生をA、国内発生をBとして分類しているため、国内の行動計画画は2008年7月末現在でフェーズ3Aとなります。

表2 新型インフルエンザの警報フェーズ

区分	定義	WHOフェーズ
前パンデミック期	ヒトから新しい亜型のインフルエンザは検出されていないが、ヒトへ感染する可能性を持つ型のウイルスを動物に検出	1
	ヒトから新しい亜型のインフルエンザは検出されていないが、動物からヒトへ感染するリスクが高いウイルスが検出	2
パンデミックアラート期	ヒトへの新しい亜型のインフルエンザ感染が確認されているが、ヒトからヒトへの感染は基本的に無い	3
	ヒトからヒトへの新しい亜型のインフルエンザ感染が確認されているが、感染集団は小さく限られている	4
	ヒトからヒトへの新しい亜型のインフルエンザ感染が確認され、パンデミック発生のリスクが大きな、より大きな集団発生がみられる	5
パンデミック期	パンデミックが発生し、一般社会で急速に感染が拡大している	6
後パンデミック期	パンデミックが発生する前の状態へ、急速に回復する時期	—

現在は
フェーズ3

(イ) ヒトからヒトへの感染の増加が確認され、WHO の警報フェーズ4 が宣言された後は、ヒトは新型インフルエンザに対する免疫がないため、短時間で感染が拡大し、世界的な流行となる可能性があります。このような状況を考えると、現在は、事業者が事前対策を検討・準備することができる貴重な時期ともいえます。フェーズの進展に応じた経済社会の状況や対策については、「参考 A 新型インフルエンザ発生時の社会経済状況の想定（一つの例）」を参照してください。

(ウ) なお、現時点の鳥インフルエンザ（H5N1）発生国やヒトでの発生事例については、厚生労働省のホームページで公表されています。

- ・ 新型インフルエンザ対策関連情報

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html>

- ・ 鳥インフルエンザ（H5N1）発生国及び人での発症事例

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou02/pdf/03.pdf>

オ 新型インフルエンザの流行による被害想定

(ア) 新型インフルエンザが流行した際には、全人口の約25%が罹患し、医療機関を受診する患者数は最大で2,500万人になると想定されています。また、過去に流行したアジア・インフルエンザやスペイン・インフルエンザのデータに基づき推計すると、入院患者は53万人～200万人、死亡者は17万人～64万人となる。これらのことから浦安市においては、おおよそ4万人が感染すると推計されます。

しかしながら、これらはいくまでも過去の流行状況に基づいて推計されたものであり、新型インフルエンザが、どの程度の感染力や病原性を持っているか不明です。人口密度の高い地域においてはより多くのヒトが感染する可能性もあり、地域差も出ると考えられています。

【参考：推計数】

	国	県	浦安市
人口	1億2700万人	600万人	16万人
受診患者数	1300万人～ 2500万人	64万人～ 121万人	4万人
推定死亡者数	17万人～ 64万人	8000人～ 30000人	210人～ 800人

浦安市の患者数については、CDCモデルで試算した全国の患者数を人口割合に応じて換算したものである。

(イ) 流行による社会への一般的な影響は次のものが想定されます。

- ・ 膨大な数の感染者（疑い例を含む）と死者
- ・ 社会不安による治安の悪化やパニック
- ・ 医療従事者の感染による医療サービスの低下
- ・ 食料品・生活必需品、公共サービスの提供に従事する人（交通・通信・電気・食料・水道など）の感染による物資の不足やサービスの停止
- ・ 行政サービスの水準低下（行政手続きの遅延等）
- ・ 日常生活の制限
- ・ 事業活動の制限や事業者の倒産
- ・ 莫大な経済的損失

(2) インフルエンザウイルスの感染経路

毎年ヒトの間で流行するインフルエンザの主な感染経路は、飛沫感染と接触感染であると考えられています。現段階では、新型インフルエンザが発生していないため、感染経路を特定することはできないが、飛沫感染と接触感染が主な感染経路と推測されています。

なお、空気感染は医療現場などの極めて限定した場でのみ起こりうると考えられています。

ウイルスは細菌とは異なり、粘膜・結膜などを通じて生体内に入ることによって細胞の中でのみ増殖することができます。机、ドアノブ、スイッチなどにウイルスが付いた場合、環境によっては異なりますが数分間から長くても数十時間内に感染力を失うと考えられています。



ア 飛沫感染

飛沫とは、咳やくしゃみにより口や鼻から飛び出す水滴です。ウイルス自体は小さいため、自分では遠くに飛ぶことはできませんが、ある程度の重さのある飛沫に含まれて外に出ます。

感染した人が咳やくしゃみをすることで排泄され、ウイルスを含む5ミクロン以上の飛沫が浮遊し、これを他の人が鼻や口から吸い込み、粘膜に接触することによって感染する経路です。飛沫は、空気中で1~2メートル以内しか到達しません。通常のインフルエンザウイルスは飛沫感染することから、新型インフルエンザウイルスの場合も、飛沫感染すると考えられています。

イ 接触感染

接触感染とは、ウイルスと粘膜等の直接的な接触、あるいは中間に介在する環境などを介する間接的な接触によって感染する経路です。

例えば、患者の咳、くしゃみ、鼻水などに含まれたウイルスが付着した手で机、ドアノブ、スイッチなどを触れた後に、その部位を別のヒトが触れ、かつその手で自分の眼や口や鼻を触ることによって、ウイルスが媒介されるといわれています。

ウ 空気感染（参考）

空気感染とは、飛沫の水分が蒸発して乾燥し、さらに小さな粒子(5ミクロン以下)である飛沫核となって、空気中を漂い、離れた場所にいるヒトがこれを吸い込むことによって感染する経路です。飛沫核は空気中に長時間浮遊するため、対策としては特殊な換気システム（陰圧室など）やフィルターが必要になります。現時点において、新型インフルエンザウイルスの主な感染ルートとして考えられているのが飛沫感染、接触感染であり、空調等を通して感染する可能性のある空気感染が一般的に起きているとする科学的根拠はありません。

2. 抗インフルエンザウイルス薬（タミフル）による予防と治療

新型インフルエンザにおいても、通常のインフルエンザの治療に使われている抗インフルエンザウイルス薬（タミフル）が有効であると考えられています。国は、治療用として2500万人分、予防内服用として300万人分の抗インフルエンザウイルス薬を備蓄しております。

千葉県は49万6000人分を備蓄しており、新型インフルエンザ発生時には、流通している抗インフルエンザウイルス薬の量を把握しつつ、当該タミフルを適宜・適切に医療機関に供給することとしています。

<参考>

抗インフルエンザウイルス薬は、医療機関で診察を受け、医師が抗インフルエンザウイルス薬の必要性を十分検討した上で、患者に処方するものです。インフルエンザに感染したすべての患者が抗インフルエンザウイルス薬を服用する必要はないと考えられます。また抗インフルエンザウイルス薬はインフルエンザの症状が出てから2日（48時間）以内に服用を開始することが必要です。

またタミフルが効かない新型インフルエンザウイルスの出現に備え、別にインフルエンザ治療薬である「リレンザ」の備蓄60万人分も行われております。

3. プレパンデミックワクチンによる予防

プレパンデミックワクチンは、インドネシアや中国などで流行したH5N1ウイルスを元に作られるワクチンで、新型インフルエンザとして流行するウイルスとは正確に一致しないため、効果がどの程度得られるのかは分かりませ

ん。すでに1000万人分を備蓄し、更に2000万人分を目標に、現在、備蓄を進めております。厚生労働省のガイドラインによれば、流行の最前線に立つ医療従事者、社会機能維持者などを対象に接種を行うことになっております。

4. パンデミックワクチンによる予防

新型インフルエンザ発生後にそのウイルスで製造するワクチンで、厚労省は、国民全員分を製造するのに1年半くらいかかるため、大流行には間に合わないことも予想されます。

また備蓄をするワクチンではありません。全市民を対象に実施する場合には、実施の時期や会場等のお知らせをしていきます。

<用語の説明>

○ 抗インフルエンザウイルス薬

インフルエンザウイルスの増殖を特異的に阻害することによって、インフルエンザの症状を軽減する薬剤。ノイラミニダーゼ阻害剤は抗インフルエンザウイルス薬の一つであり、ウイルスの増殖を抑える効果がある。

○ プレパンデミックワクチン

新型インフルエンザウイルスがパンデミックを起こす以前に、鳥—ヒト感染の患者または鳥から分離されたウイルスを基に製造されるワクチン（現在はH5N1亜型を用いて製造）

○ パンデミックワクチン

パンデミックが実際に発生した際に、ヒト—ヒト感染を生じたウイルス又はこれと同じ抗原性をもつウイルスを基に製造されるワクチン

5. 個人ができる具体的な感染予防策

(1) 普段の生活の中における感染予防策

新型インフルエンザの感染予防策は、一般の人々が普段の生活の中で実施できるものが数多くあります。有効と考えられる感染予防策としては、以下があげられます。

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">・ ヒトとの距離の保持・ うがい・手洗いの励行・ 咳エチケット（マスクの着用）・ 家庭の清掃・消毒・ 通常のインフルエンザワクチンの接種 |
|--|

ア ヒトとの距離の保持

最も重要な感染予防策は、ヒトとの距離を保持することです。特に感染者から適切な距離を保つことによって、感染の確率を大幅に低下させることができます。逆に、満員電車に乘たり、イベントの開催により多くの人が集まったり、集会を開いたりするなどヒトが社会活動を行うことで、感染の確率が高まると言えます。

<目的>

咳、くしゃみによる飛沫感染予防

<効果>

通常、飛沫はある程度の重さがあるため、発したヒトから1～2メートル以内に落下します。つまり2メートル以上離れている場合には感染する確率は低くなります。

<方法>

感染者の2メートル以内に近づかないことが基本となります。不要不急な外出を避け、不特定多数の者が集まる場には極力行かないようにすることが重要です。

また、本人、家族が感染した場合に一定期間の自宅待機になった場合及びこどもの学校が長期に休みになった場合並びに勤務状況の変更が余儀なくされた場合が予想されます。その場合、どのように家庭内で役割を分担し家庭を維持していくかなどについて、各家庭で計画を立てておくことが勧められます。また、突然仕事を休まねばならなくなった時の連絡について勤務先と相談しておきましょう。

イ うがい・手洗いの励行

手指衛生は感染対策の基本であり、外出からの帰宅後うがいをし、不特定多数の者が触るような物に触れた場合は、頻回に手洗いを実施することが重要です。

<目的>

本人および周囲への接触感染の予防

<効果>

水と石鹼による手洗いは、付着したウイルスを除去し、感染リスクを下げます。また60～80%のアルコール製剤に触れることによって、ウイルスは死滅します。

<方法>

石鹼を用いて最低15秒以上洗い、洗った後は水分を十分に拭き取ることが重要です。速乾性擦式消毒用アルコール製剤（アルコールが60～80%程度含まれている消毒薬）はすぐに乾くため、タオルや水も必要なく、簡便に使用できます。

ウ 咳エチケット（マスクの着用）

風邪などで咳やくしゃみがでる時に、他人にうつさないためのエチケットです。感染者がウイルスを含んだ飛沫をばらまいて周囲のヒトに感染させないように、咳エチケットを徹底することが重要です。

<目的>

咳、くしゃみによる飛沫感染予防

<効果>

ウイルスは、咳・くしゃみをすることで排泄されます。ウイルスを含む5ミクロン以上の飛沫が1～2メートル浮遊し、これを人が吸い込むことによって飛沫感染しますので、咳エチケットを実行することによって感染を防ぐことができます。

<咳エチケット方法>

☆咳・くしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を被い、他の人から顔をそむけ可能な限り1~2メートル以上離れる。ティッシュなどが無い場合は、口を前腕部（袖口）でおさえて極力飛散しないようにする。前腕部でおさえるのは、手の場合よりも他の場所に触れることが少ないため、接触感染を防ぐことができるからである。

☆呼吸器系分泌物（鼻汁・痰など）を含んだティッシュについては、すぐにゴミ箱に捨てる。その後の接触の可能性を回避するため、ゴミ箱は蓋付きが望ましい。

咳・くしゃみをする際に押さえた手や腕は、その後直ちに洗うべきであるが、接触感染の原因にならないよう、手を洗う前に不必要に周囲に触れないよう注意する。手を洗う場所がないことに備えて、携行できる速乾性擦式消毒用アルコール製剤を用意しておくことが推奨される。

咳をしている人にマスクの着用を積極的に促す。マスクを適切に着用することによって、飛沫の拡散を防ぐことができる。

<参考>マスク使用の注意

1. 日常生活では不織布マスクを推奨（ガーゼマスクは咳、くしゃみを遮断する効果が低い）
2. 鼻と口を確実に覆う。
3. マスクの表面は触らず、外した後は手洗いをする。
4. 原則、使い捨てとする。

エ 家庭の清掃・消毒

<目的>

家族への接触感染の防止

<効果>

家庭内感染者が咳やくしゃみを手で抑えた後や鼻水を手でぬぐった後に、机、ドアノブ、スイッチなどを触れると、その場所にウイルスが付着します。ウイルスの種類や状態にもよりますが、痰に含まれるウイルスは、その場所である程度感染力を保ち続けると考えられています。このため、清掃や消毒を行うことにより、ウイルスを除去することができます。

<方法>

通常の清掃に加えて、水と洗剤を用いて、特に机、ドアノブ、スイッチ、階段の手すり、テーブル、椅子、エレベーターの押しボタン、トイレの流水レバー、便座等人がよく触れるところをしっかりと拭き取り清掃して下さい。頻度については、どの程度、家庭内感染者が触れる可能性があるかによって異なりますが、最低1日1回は行うことが望ましいです。消毒や清掃を行った時間を記し、掲示すると良いでしょう。

家族が発症した場合は、触れた場所などの消毒剤による拭き取り清掃を行って下さい。その際家族は、必要に応じて市販の不織布製マスクや手袋を着用して消毒を行って下さい。作業後は、流水・石鹼又は速乾性擦式消毒用アルコール製剤により最低15秒以上手を洗って下さい。清掃・消毒時に使用した作業着は洗濯、ブラシ、雑巾は、水で洗い、触れないようにすることが重要です。

・ 食器・衣類・シーツ等

食器・衣類・シーツ等については、通常どおりに洗浄・清掃を行う。洗濯等が不可能である場合は、当該箇所アルコール製剤を用いて消毒する。

・ 床の清掃

感染した家族がいた場所の床については、有機物にくるまれたウイルスの除去を行うために、濡れたモップ、雑巾による拭き取り清掃を行い、明らかに家族の体液（血液、尿、便、喀痰、唾液等）が存在している箇所については、消毒を必ず行って下さい。

オ 通常のインフルエンザワクチン接種

<目的>

通常のインフルエンザに感染した場合の重症化予防

<効果>

新型インフルエンザが流行する際には、通常のインフルエンザも同様に流行することが予測されます。両者の症状は似る可能性が高いため、医療機関でもいずれのインフルエンザに感染したのか判断がつきにくいことが予測されます。

通常のインフルエンザワクチン接種の発症予防効果は完全ではありませんが、接種により重症化のリスクを減らすことができ、通常のインフルエンザによる外来患者を減らすことができれば、流行時の医療機関の混雑緩和にもつながり

ます。インフルエンザ様症状を呈する者を減らすことは、新型インフルエンザの患者への医療の提供体制の確保の観点からも重要ですので通常のインフルエンザワクチンの予防接種は受けておく和良好的でしょう。

<方法>

医療機関で接種する。ただし、副作用のリスクも十分理解した上で接種を行う。

(2) 普段から心がけていなければならないこと

- ・ 十分な休養をとり、体力や抵抗力を高め、日頃からバランスよく栄養をとる
- ・ 規則正しい生活をし、感染しにくい状態を保つ

6. 感染予防に必要な衛生用品等と備蓄品について

新型インフルエンザ発生後には必要なものが買えなくなる可能性もでてきます。今からマスクなどの感染防止用品や食料品、日用品等の備蓄を考えておきましょう。

流行期は8週間続くとも予想されているので、2ヶ月分を用意した方がよいでしょう。

ただし、食料品の備蓄については、食品の消費期限が迫ったら普段の食事やおやつに使って新たに買い足すなど工夫が必要です。

- 体温計（予備も）
- マスク（市販の花粉用など）
- ビニール袋（使用済みのティッシュやマスク等を密閉して捨てる）
- 使い捨て手袋
- アルコール消毒薬（次亜塩素酸ナトリウムなども効果あり）
- 冷却剤（氷枕等、頭や腋下の冷却用）
- 食料品（米・麺類・シリアル・缶詰・菓子・インスタント食品・レトルト食品、冷凍食品）
- 飲料水・スポーツ飲料
- ティッシュペーパー・トイレトペーパー
- 洗剤・石鹸
- 常備薬
- その他、懐中電灯等災害時使用できる物を準備する

※乳幼児がいる家庭は紙おむつ・粉ミルク・市販の離乳食等、在宅療養している方は必要物品等を準備しておきましょう。

7. 新型インフルエンザが国内発生した場合

本市は市長を本部長とし、市内病院長、三師会長、市川健康福祉センター長及び各部・局長等を構成員とする「新型インフルエンザ対策本部」を設置して、「地域防災対策マニュアル」に準じて全職員が市民の安全・安心に努め行動します。

市民には広報紙やホームページ、ジェイコム、携帯のメール情報等で正確な情報提供を行っていきます。

新型インフルエンザが国内発生した場合は県、市川健康福祉センターの指示の基に「発熱相談センター」が設置されます。

発熱や倦怠感などの症状が出て、感染の疑いがある時はすぐにかかりつけ医や病院に駆け込むのは避けましょう。

まずは、「発熱相談センター」へ電話をして、指示を受けて下さい。

同時に発生状況に応じて「発熱外来」が設置され、発熱を訴える患者さんに対し、通常の外来を受診するのではなく、市が設置した専用の発熱外来を受診するシステムに変わります。

また、新型インフルエンザ（疑似症患者を含む）の場合は、感染症法に基づき感染症指定医療機関等に入院勧告が行われます。

○ 地域での患者数がまだ少ない場合

発生地から帰国等の事情のある場合は、まず発熱相談センターに連絡をし発熱外来を受診して下さい。

医療機関を受診するときはもちろん、外出時、家庭内でも、咳をする際には「咳エチケット」に十分注意をして、周囲に感染させないように心がけることも必要となります。

まだ地域での感染が広がっていない場合には、患者に接触した家族や友人などは自宅待機を要請されることがあります。また、状況に応じて予防薬が配布されることがありますので、保健所からの連絡をよく聞いてください。

○ 地域で集団発生があり、広がり始めた場合

大流行時には軽度の患者さんは自宅で療養することになります。家族に患者がいる場合は、家族内での二次感染を防ぐよう、これまでと同じように手洗い・がい等を励行し、患者さん本人も家族もマスクをつけ、「咳エチケット」な

どを心がけるとともに、患者さんは極力個室で静養させ、家族の居室と別にするなどの工夫が必要です。また、消毒に関して消毒用アルコールは有効であり、家庭内の消毒に用いることも勧めます。

本人あるいは家族の誰かが発症した場合には、近所の方や勤務先、友人などに感染させないように、一定期間の自宅待機が要請されることがあります。

この病気は人から人へ感染し、お住まいの地域全体に感染が拡大し、地域が混乱する事態も想定されますので、ご理解頂く必要があります。

○すべての家庭において

新型インフルエンザに限らず、感染症は誰でも起こる可能性があります。

発病者に対する偏見や差別は謹んで下さい。

学校は一定期間休校になることがあります。ただ学校に行かない子どもたちが地域で多数集まれば休校の意味がなくなりますので、地域で子どもたちが多数で接触しないようにする必要があります。

地域での感染を抑制するために、人がたくさん集まる催し物は可能な限り延期していただくか、直接対面しない方法を考える必要があります。

大流行の時に発症した人がマスクをすることによって他の人に感染させないという効果は認められています。故に、少なくとも自分が発症した場合に使うマスクは確保しておきましょう。

また、救急車の使用等については緊急時に使用するために、救急車の適正な利用にご理解とご協力をお願いします。

★ 健康センター等における「発熱相談センター」・「発熱外来」の設置は、市川健康福祉センター（保健所）の指示のもとに設置されます。設置した際は、市民にお知らせしていきます。

（新型インフルエンザ関連情報）

- ・ 浦安市新型インフルエンザ対処行動計画
- ・ 厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>
- ・ 千葉県新型インフルエンザ対策関連情報ホームページ http://www.pref.chiba.lg.jp/syozoku/c_kenfuku/kikikanri/inful.html
- ・ 国立感染症研究所感染症情報センターホームページ

<http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>

- 千葉県市川健康福祉センターホームページ

<http://www.pref.chiba.lg.jp/hokenjo/ichikawa/index.html>

- **新型インフルエンザ等感染症相談窓口**

新型インフルエンザをはじめとした感染症について相談

電話番号 **03-3234-3479** [厚生労働省委託先：(株)保健同人社]

受付時間 午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)