

# 北薩感染症情報

2020年第39週(9月21日～9月27日)

【問い合わせ先】 〒895-0041 薩摩川内市隈之城町228番地1  
 北薩地域振興局保健福祉環境部(川薩保健所)健康企画課  
 電話 0996-23-3165 FAX 0996-20-2127  
 E-メール [kita-kenkou-shippei@pref.kagoshima.lg.jp](mailto:kita-kenkou-shippei@pref.kagoshima.lg.jp)

## 川薩・出水保健所における定点報告疾患

◎: 警報発令中    ○: 注意報発令中

定点種別	対象疾患	警報レベル			注意報レベル	川薩保健所管内					出水保健所管内				
		開始基準値	終息基準値	基準値		前週報告数(人)	今週報告数(人)	定点報告数	前週からの増減	警報注意報	前週報告数(人)	今週報告数(人)	定点報告数	前週からの増減	警報注意報
内科・小児科 定点	インフルエンザ	30.0	10.0	10.0	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-
小児科 定点	RS	-	-	-	-	1	0.25	↗	-	2	2	0.67	→	-	
	咽頭結膜熱	3.0	1.0	-	1	-	-	↓	-	-	2	0.67	↗	-	
	A群溶血性 レンサ球菌咽頭炎	8.0	4.0	-	11	4	1.00	↓	-	4	3	1.00	↓	-	
	感染性胃腸炎	20.0	12.0	-	6	5	1.25	↓	-	2	-	-	↓	-	
	水痘	2.0	1.0	1.0	2	1	0.25	↓	-	-	-	-	→	-	
	手足口病	5.0	2.0	-	15	24	6.00	↗	◎	4	2	0.67	↓	-	
	伝染性紅斑	2.0	1.0	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
	突発性発疹	-	-	-	3	1	0.25	↓	-	-	-	-	→	-	
	ヘルパンギーナ	6.0	2.0	-	1	1	0.25	→	-	5	1	0.33	↓	-	
	流行性耳下腺炎	6.0	2.0	3.0	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
眼科 定点	急性出血性結膜炎	1.0	0.1	-	-	-	-	→	-	/	/	/	/	/	
	流行性角結膜炎	8.0	4.0	-	-	-	-	→	-	/	/	/	/	/	
基幹 定点	細菌性髄膜炎	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
	無菌性髄膜炎	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
	マイコプラズマ肺炎	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
	クラミジア肺炎	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
	感染性胃腸炎 病原体がロタウイルスに属する	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-	
インフルエンザ 入院報告	-	-	-	-	-	-	→	-	-	-	-	→	-		
報告数合計		-	-	-	39	37	/	↓	/	17	10	/	↓	/	
<p>&lt;注意報・警報&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・川薩保健所管内 手足口病(発生警報を10週連続発令中)</li> <li>・出水保健所管内 なし</li> </ul> <p>&lt;全数報告&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・川薩保健所管内 結核(患者1名)</li> <li>・出水保健所管内 なし</li> </ul> <p>&lt;インフルエンザ様疾患による学級閉鎖等&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・川薩保健所管内 なし</li> <li>・出水保健所管内 なし</li> </ul>															
○ 第39週報のトピックス															
○ 厚生労働省ホームページ掲載「新型コロナウイルスに関するQ&A」を9月7日に更新しました。															



## (警報・注意報)

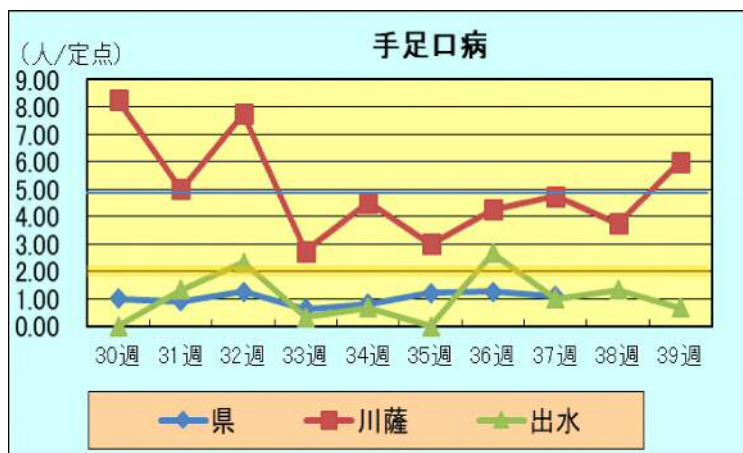
### ○ 手足口病について

【警報開始基準値：5.00 終息基準値：2.00】

第39週の手足口病の発生状況は、川薩保健所管内からは、**24名**（定点当たりの報告数 **6.00**）の報告がありました。

川薩保健所管内に、**流行発生警報10週連続**で発令中です。

出水保健所管内からは、**2名**（定点当たりの報告数 **0.67**）の報告がありました。



### ○ 第39週報のトピックス

## ※ 新型コロナウイルスの参考資料（厚生労働省ホームページ）

### ○ 新型コロナウイルスに関する情報

#### 【新型コロナウイルス感染症】

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

#### 【接触確認アプリ利用者向け Q & A】

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/covid19\\_qa\\_kanrenkigyuu\\_00009.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19_qa_kanrenkigyuu_00009.html)

#### 【一般の方向け】9月7日更新

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html)

#### 【企業の方向け】8月26日更新

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00007.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00007.html)

#### 【医療機関・検査機関向け】6月5日更新

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00004.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00004.html)

#### 【労働者の方向け】7月10日

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00018.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00018.html)

#### 【新型コロナウイルス感染症に対する感染管理】改訂2020年5月20日

<https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-01-200427.pdf>

#### 【新型コロナウイルス感染症診療の手引き第3版】9月4日 更新

<https://www.mhlw.go.jp/content/000668291.pdf>

#### 【鹿児島県 新型コロナウイルス感染症に関する情報】

<https://www.pref.kagoshima.jp/ae06/kenko-fukushi/kenko-iryuu/kansen/kansensho/coronavirus.html>

#### 【新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について（厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページ）】

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku_00001.html)

## ※ 新型コロナウイルス感染症の用語の使用について

世界保健機関（WHO）では、「**ソーシャル・ディスタンス**（社会的距離の確保）」ではなく、「**フィジカル・ディスタンス**（身体的・物理的距離の確保）」が重要であることを説明しています。

### <言い換え例>

「人と人の距離の確保」

「身体的距離の確保」

「フィジカル・ディスタンス」

「キープ・ディスタンス」 等



# 「新しい生活様式」の実践例

## (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する**。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意する**。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
  - 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に洗う**（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

## 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

## (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**  咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅療養



## (3) 日常生活の各場面別の生活様式

### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を  
もしくは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

## (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務  時差通勤でゆったりと  オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン  対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成



熱中症予防 × コロナ感染防止で

# 「新しい生活様式」を健康に!

「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保  
②マスクの着用 ③手洗いの実施や「3密(密集、密接、密閉)」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

## 注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



熱中症を防ぐために

ウイルス  
感染対策は  
忘れずに!

## マスクをはずしましょう



屋外で

人と2m以上

(十分な距離)

離れている時

マスクをしてると  
熱中症になりそう...

（ マスク着用時は ）



激しい運動は避けましょう

のどが渇いていなくても  
こまめに水分補給をしましょう



気温・湿度が高い時は

特に注意しましょう



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>





## 暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ



## のどが潤いていなくても こまめに水分補給をしましょう



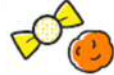
1時間ごとに 入浴前後や起床後も  
コップ1杯 まず水分補給を

・1日あたり  
1.2L(1.2リットル)を目安に



ペットボトル 500mL 2.5本  
コップ約6杯

・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



## エアコン使用中も こまめに換気をしましょう

( エアコンを止める必要はありません )

注意

一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

- ・窓とドアなど2か所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する



- ・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定



## 暑さに備えた体づくりと 日頃から体調管理をしましょう

・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度)



水分補給は忘れずに!

- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

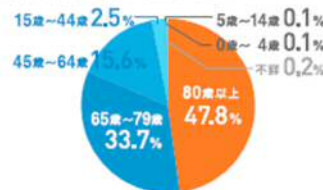
## 知っておきたい 熱中症に関する大切なこと



熱中症による死者の数は  
**真夏日(30℃)から増加**  
**35℃を超える日は特に注意!**

運動は原則中止。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動してください。

■年齢別/熱中症死者の割合

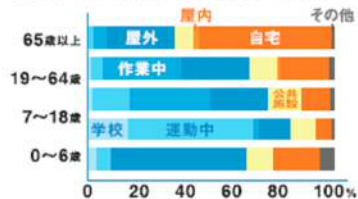


出典:「熱中症による死亡数 人口動態統計2018年」厚生労働省

熱中症による死者の  
**約8割が高齢者**

約半数が80歳以上ですが、若い世代も注意が必要です。

■年齢・発生場所別/熱中症患者の発生割合



出典:「救急搬送データから見る熱中症患者の増加」国立職場研究所 2009年

高齢者の熱中症は  
**半数以上が自宅で発生**

高齢者は自宅を涼しく、若い世代は屋外での作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。  
周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



# 3つの密を 避けるための手引き!

- 新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、咳エチケット、手指衛生等に加え、**「3つの密(密閉・密集・密接)」**を避けてください。
- 3つの密が重ならない場合でも、リスクを低減するため、できる限り**「ゼロ密」**を目指しましょう。
- 屋外でも、密集・密接には、要注意。人混みに近づいたり、大きな声で話しかけることなどは避けましょう。

