

季節性インフルエンザの流行情報について

本県において、季節性インフルエンザが流行期に入りましたのでお知らせいたします。

県民の皆様におかれましては、「予防接種」、「手洗いの励行」、「咳エチケットの実践」等、インフルエンザの感染予防をお願いいたします。

■インフルエンザ流行状況

下表のとおり、本県における2025年第39週(9月22日～9月28日)のインフルエンザの定点当たりの患者報告数が、流行開始の目安である1.00を超え1.07(前週は0.65)となり、インフルエンザが流行入りしました。

《各保健所管内のインフルエンザ流行状況》

値は速報値です。今後数値に若干の変更が生じる場合があります。

保健所	定点数	調査期間: 9/22～9/28 (第39週)	
		患者数	定点あたりの患者報告数※
中央	4	0	0.00
ひたちなか	8	8	1.00
日立	5	5	1.00
潮来	6	14	2.33
竜ヶ崎	11	4	0.36
土浦	6	14	2.33
つくば	9	8	0.89
筑西	7	3	0.43
古河	5	9	1.80
水戸市	7	8	1.14
県全体	68	73	1.07

※ 定点当たりの患者報告数は、1定点あたり1週間の平均患者数

$$\text{インフルエンザの定点当たりの患者報告数} = \frac{\text{インフルエンザ定点において1週間にインフルエンザと診断した患者数}}{\text{インフルエンザ定点数(県内に68医療機関[2025年10月2日時点])}}$$

・ 定点当たりの患者報告数が1.00を超えると流行期に入ったと判断されます。

《全国のインフルエンザ流行情報(2025～2026シーズン)》

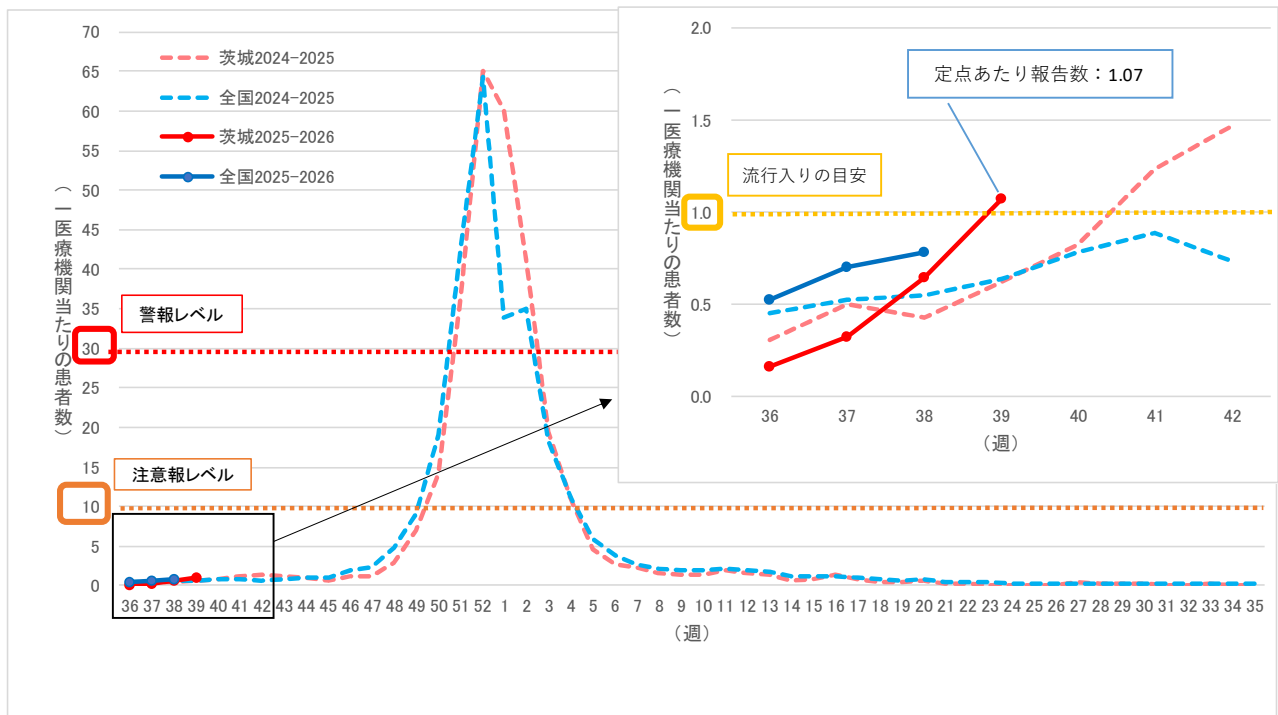
全国の状況については、下記のサイトをご参照ください(毎週金曜日に更新)。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekkaku-kansenshou01/houdou_00023.html

■本県の過去シーズンにおける流行入り時期(週)

シーズン	2021～2022	2022～2023	2023～2024	2024～2025	2025～2026
流行入り時期(週)	(流行なし)	第52週 (2022/12/26～2023/1/1)	(前シーズンから1.0を下回らず、流行が継続)	第41週 (2024/10/7～2024/10/13)	第39週 (2025/9/22～2025/9/28)

感染症発生動向調査(定点当たりの患者報告数の推移)※



※値は速報値です。今後数値に若干の変更が生じる場合があります。

参考 インフルエンザの予防について

◆ インフルエンザの感染予防のポイント

☆予防接種

- ・ワクチンの効果が現れるまで時間を要しますので、早めのワクチン接種をしましょう。

☆外出後の手洗い等

- ・手にウイルスがついたままにしないことが大切です。
- ・アルコール製剤による手指衛生も効果があります。

☆適度な湿度の保持

- ・室内では、加湿器などを使って乾燥を防ぎましょう。

☆十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

- ・体の抵抗力を高めるため、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。

☆室内ではこまめに換気をしましょう

- ・十分な換気が重要です。
- ・一般家庭でも、換気扇により、室温を大きく変動させることなく、換気出来ます。

☆咳エチケット

- ・場面に応じたマスクの着用をしましょう。
- ・咳やくしゃみをする時は鼻や口をおさえましょう。

◆ インフルエンザにかかった場合の対応

- ・早めに医療機関を受診しましょう。
- ・安静にして、休養をとりましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。
- ・水分を十分に補給しましょう。お茶やスープなど飲みたいもので結構です。
- ・一般的に、インフルエンザを発症してから3~7日間はウイルスを排出すると言われていますので、その間は外出を控えましょう。

