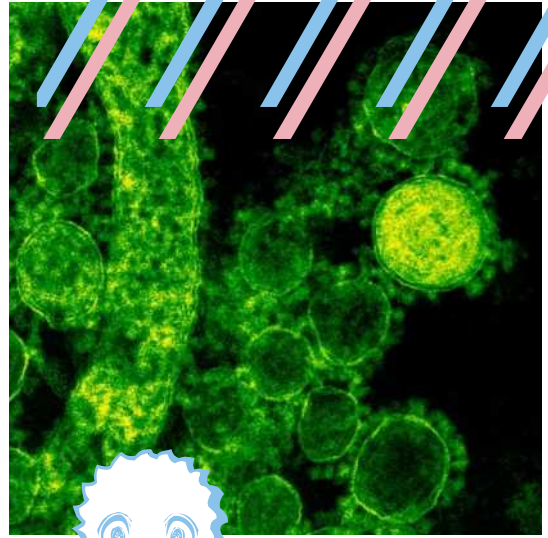


MEASURES AGAINST INFECTIOUS DISEASES IN WINTER



冬の感染症対策

Magazine About Measures Against Infectious Diseases in Winter



Main Theme
MAIN THEME

インフルエンザと 感染性胃腸炎の予防

札幌市保健所
Sapporo Public Health Center

冬の感染症対策

Magazine About Measures Against Infectious Diseases in Winter

MAIN THEME

インフルエンザと感染性胃腸炎の予防

CHAPTER 01

インフルエンザ解説

… 002

SECTION 01 インフルエンザとは … 003

SECTION 02 インフルエンザの発生状況 … 005

SECTION 03 インフルエンザの予防と対策 … 007

TOPICS 治癒証明書は求めないで

TOPICS 流行前にワクチン接種を

CHAPTER 02

感染性胃腸炎解説

… 010

SECTION 01 感染性胃腸炎とは … 011

SECTION 02 感染性胃腸炎の発生状況 … 013

SECTION 03 感染性胃腸炎の予防と対策 … 015

TOPICS 次亜塩素酸ナトリウム液の作り方と使い方

CHAPTER 03

札幌市保健所からのお知らせ

… 018

SECTION 01 保健所への報告基準 … 019

SECTION 02 注意報・警報 … 020

EXTRA NEWS

新型コロナウイルス感染症のQ&A … 021

知ってほしい、帯状疱疹のこと … 023

CHAPTER



インフルエンザウイルス

+

INFLUENZA

インフルエンザ解説

インフルエンザとは...

概要

インフルエンザは、インフルエンザウイルスを原因とする気道感染症で、「一般のかぜ症候群」と異なり、「重くなりやすい疾患」です。

いったん流行が始まると、短期間に多くの人へ感染が広がります。日本では、例年12月～3月が流行シーズンです。

病原体

ウイルスにはA～Dの4つの型があり、人に流行するのは「A型」と「B型」です。A型とB型ウイルス粒子表面には、赤血球凝集素(HA)とノイラミニダーゼ(NA)という糖蛋白があります。これらの違いで感染性が異なるため、様々な動物に感染できます。

特に、A型インフルエンザは、突然変異によって、数年から数十年ごとに世界的な大流

行が見られます。過去には、1918年にスペインインフルエンザ(A(H1N1))、1957年にアジアインフルエンザ(A(H2N2))、1968年には香港インフルエンザ(A(H3N2))、2009年に新型インフルエンザ(A(H1N1)pdm09)が流行しました。

大流行によって多くの方が免疫を獲得すると、季節性のものへと落ち着いていきます。

症状

ウイルスの感染を受けてから1～3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱(通常38℃以上の高熱)、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛・関節痛などが突然現われます。咳、鼻汁などの上気道炎症状がこれに続き、約1週間の経過で軽快します。

いわゆる「かぜ」に比べて全身症状が強いことが特徴です。特に、高齢者や基礎疾患を持つ患者、小児では、入院や死亡の危険が増加します。

INTRODUCTION OF PATHOGEN

インフルエンザの原因は??

- ▶ Name.....
インフルエンザウイルス (英: Influenza virus)
- ▶ Structure.....
エンベロープを持つマイナス鎖の一本鎖RNAウイルス
- ▶ Classification.....
オルトミクソウイルス科
- ▶ Size.....
100nm

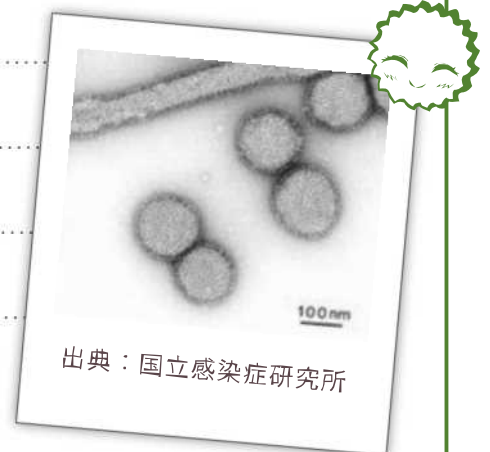
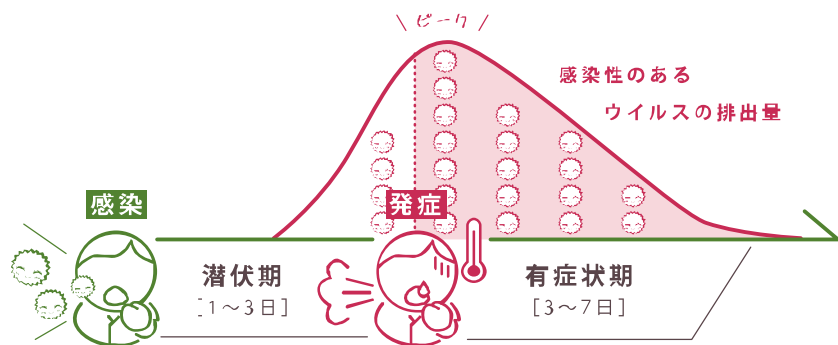


図 インフルエンザウイルスの排出量の推移

発症2日前からウイルスを排出しだし、発症翌日にピークを迎えます。その後、6～8日でウイルスが排出されなくなります。特に、発症前日～発症後5日間は感染を広げる可能性が高いため注意が必要です。



✓ 診断

急性期の患者の咽頭ぬぐい液などを採取して、外来などで20～30分以内に迅速簡便に病原診断が可能なインフルエンザ抗原検出キットが広く利用されています。

✓ 治療

オセルタミビル(タミフル[®])やザナミビル(リレンザ[®])などの抗ウイルス薬が普及しています。ただし、多くの場合、発症から2日以内に服用する必要があります。

対症療法としての解熱剤は、アセトアミノフェンがよく使用されます。

また、感染や重症化予防のため、インフルエンザワクチンの接種が有効です(ワクチンについての詳細は、009ページをご覧ください)。

✓ 法律上の取り扱い

1 感染症法[※]

定点報告対象として、5類感染症に指定されています。

定点医療機関(指定届出機関)が、週毎に1週間分の患者数を保健所に届け出ます。

※) 感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律¹のことです。

2 学校保健安全法

第2種の感染症に定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで出席停止とされています。ただし、病状により学校医その他の医師が感染のおそれがないと認めたときは、この限りでないこととされ、状況によって期間が短縮されることがあります。

もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



FLU 国立感染症研究所 インフルエンザとは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/219-about-flu.html>

本セクションの引用元となったページです(一部情報を更新して掲載しました。)



FLU 厚生労働省 インフルエンザ(鳥インフルエンザ及び新型インフルエンザ等感染症を除く。)

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou11/01-05-28.html>

感染症法に基づく届出基準が説明されているページです。

インフルエンザの発生状況

業務紹介

Business Introduction



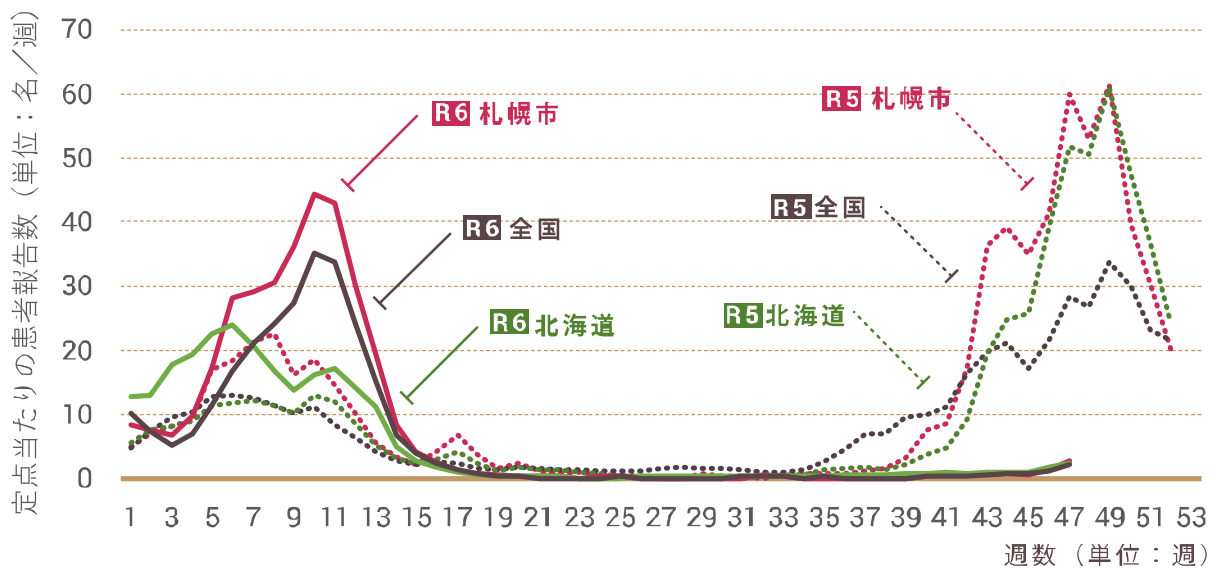
保健所では、感染症法に基づき、市内の感染症の発生状況を把握するため、定点医療機関（小児科または内科）を指定し、毎週、インフルエンザや感染性胃腸炎を含めた5類感染症の診断件数を報告してもらい、情報を収集しています。

定点医療機関からの報告は、1月の1週目を第1週として1年間が始まります。そのため、4月1日が13週頃、ゴールデンウィークが18週頃、お盆が33週頃、10月1日が39週頃、クリスマスが52週頃となります。

また、「社会福祉施設等における感染症等発生時に係る報告について」（平成17年2月22日付け厚生労働省通知）に基づき、市内の施設からインフルエンザや感染性胃腸炎などの集団感染事例の報告を受けており、必要に応じて対策を助言しています。

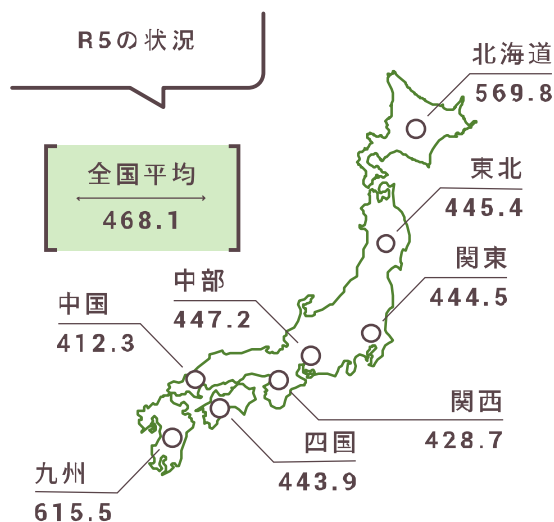
01 定点医療機関からの患者報告

No. 1週間ごとの患者数比較



- ☑ 令和5年は全国、北海道、札幌市ともに12月～1月に患者数がピークになった。
- ☑ 札幌市では令和6年は第46週（11月11日～17日）に流行入り（＝患者報告数が1.0を超過）

02 定点医療機関からの患者報告 地域ごとの患者数比較



定点当たりの患者報告数 (単位: 名/年)

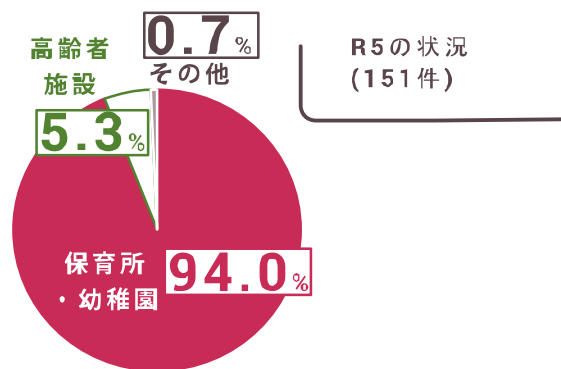
- ☑ 地域別では九州が最多
- ☑ 北海道は全国平均より高い

定点医療機関の数

定点医療機関は、感染症の発生動向を把握できるように人口の規模に応じて、その数が決められています。

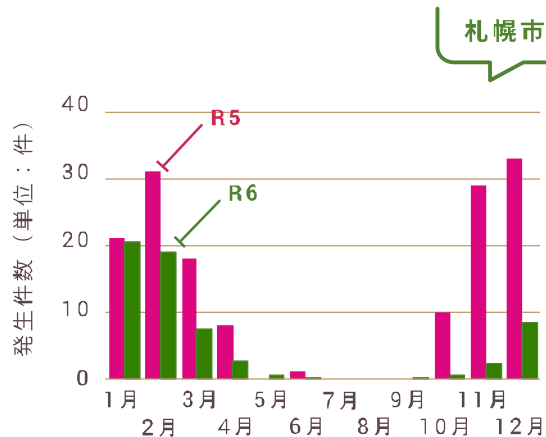
札幌市の場合、インフルエンザの報告を行う定点医療機関は、計55あります（内訳：小児科36、内科19）。また、北海道では、約220、全国では約4,900あります。

03 各施設からの集団感染事例の発生報告 施設別の発生状況比較



- ☑ 保育所・幼稚園がほとんど
- ☑ 次いで高齢者施設

04 各施設からの集団感染事例の発生報告 月別の発生状況比較



- ☑ 定点報告の傾向と概ね一致
- ☑ 例年11月～5月頃まで発生あり



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



FLU 札幌市

インフルエンザ (定点あたり報告数、各区別報告数)

<https://www.city.sapporo.jp/eiken/infect/trend/graph/1501.html>

札幌市内のインフルエンザの発生状況を確認できるページです。



FLU 厚生労働省

インフルエンザの発生状況

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

厚生労働省が、全国の発生状況を報道発表資料としてまとめているページです。

インフルエンザの予防と対策

⚠ 本章で紹介する対策は、一例ですので、参考としてご覧ください。 ▽

CHECK ▶▶ 普段から行う標準的な感染予防策



流行が始まる12月中旬頃までにワクチンを接種します。



十分な栄養とバランスの取れた栄養摂取を心がけます。



外出後等は、流水・石けんによる手洗いと、アルコールによる手指消毒を徹底します。



流行時は人込みや繁華街への外出を控えます。やむを得ず外出する場合は、不織布マスクを着用します。



加湿器等を使用して、室内を適切な湿度（50～60%）に保ちます。



窓開けや換気扇により、十分な換気を行います。

CHECK ▶▶ インフルエンザのまん延防止対策・発生時の対応

感染力が非常に強いため、ウイルスが施設内に持込まれないようにすることが基本です。一方で、施設内に患者が発生した場合、被害を最小限に抑えることが施設内対策の目的となります。



情報収集

インフルエンザの発生動向に関する主な情報として、行政機関が公開している情報に常に注意を払い、地域の流行状況を確認します。

一定の流行が確認された場合、職員を中心に注意を呼びかけます。



有症者の把握

早期に探知するため、常日頃から利用者や職員の状況を把握する必要があります。

- 1 感染対策責任者、責任者不在時の体制等を定め、全職員に周知します。
- 2 利用者がインフルエンザ様症状*を呈したときは、直ちに責任者に報告します。
※) 突然の発熱（38℃以上）、上気道炎症状、全身倦怠感等の全身症状
- 3 職員自身が発症したときは、休暇中でも、直ちに責任者に報告します。
- 4 2か3の報告があったときは、他の利用者や職員から発症の報告がないか確認します。
- 5 責任者は、集団感染が疑われるときは、保健所等へ報告します。
(詳細は、019ページの報告基準をご確認ください)



有症者への対応

- 1 利用者※又は職員が発症したときは、不織布マスクの着用及び医療機関の受診を勧奨します。

※) 小児、未成年者では、インフルエンザの罹患により、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする等の異常行動を起こすことがあるので、1人にならないよう配慮します。



二次感染の防止

- 1 発症した入所者は、できる限り個室隔離します。また、通所者の場合は、一定期間※は、施設の利用を控えるように勧奨します。

※) 学校保健安全法では、出席停止日数として、発症後5日間かつ解熱後2日（幼児は解熱後3日）と定められています。

- 2 発症した職員は、一定期間出勤を控えることが望ましいです。
- 3 発症者と接触した職員には、不織布マスクの着用を勧奨するとともに、協力医療機関の医師等に相談し、抗インフルエンザ薬の予防服用の勧奨を検討します。
- 4 施設に立ち入る人全員に不織布マスクの着用を勧奨することが望ましいです。
- 5 集団感染が疑われるときは、人が集まる活動の一時停止を検討します。
- 6 掲示、文書配付、放送、声かけ等により利用者や職員へ注意喚起を行います。



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



FLU 厚生労働省 インフルエンザ（総合ページ）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/infuleza/index.html
厚生労働省がインフルエンザの様々な情報を掲載しているページです。



FLU 厚生労働省 令和6年度インフルエンザQ&A


https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/infuleza/QA2024.html
インフルエンザの対策などについてQ&A形式で紹介しているページです。



FLU 札幌市 インフルエンザ

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/f17influenza.html>
札幌市がインフルエンザの対策などを紹介しているページです。

TOPICS

 a subject
that
people talk
or write about



治癒証明書は求めないで

診断や治癒の判断は、診察に当たった医師が身体症状や検査結果等を総合して医学的知見に基づいて行うものです。インフルエンザの陰性を証明することが一般的に困難であり、治癒証明書の発行は医療機関に過剰な負担をかけるおそれがあります。

そのため、職場から従業員や職員に対して、治癒証明書や陰性証明書の提出を求めることは望ましくなく、提出は不要です。

また、児童や生徒がインフルエンザに感染し、学校保健安全法における出席停止期間が経過した後に、改めて検査を受ける必要はなく、当該児童や生徒が学校に復帰する場合においても、治癒証明書の提出は不要です。

—厚生労働省「令和6年度インフルエンザQ&A」のQ19・Q20より

さらに、保育所での取扱いについては、「保育所における感染症ガイドライン（2018年改訂版）」で示す登園のめやすを確認し、上記の見解も参考として、適切に対応いただくよう、ご協力をお願いいたします。

流行前にワクチン接種を

インフルエンザワクチン（以下、ワクチン）は、13歳以上は1回接種、13歳未満は2回接種が原則です。ワクチンは、ウイルスの「感染」を完全に抑えることはできず、「発病」を抑える効果もあまり高くはありませんが、「重症化」の予防に大きな効果が認められています（国内の研究によれば、65歳以上の高齢者施設に入所している高齢者について、34～55%の発病を阻止し、82%の死亡を阻止する効果があったとされています。）

ワクチンは、そのシーズンに流行することが予測されると判断されたウイルスを用いて製造されていますので、毎年接種することをご検討ください。また、接種時期ですが、例年1月末～3月上旬に流行のピークを迎えますので、12月中旬までに接種を終えることが望ましいです。


ワクチンの接種費用については、病気に対する治療ではないため、健康保険が適用されません。そのため、原則的に全額自己負担となり、費用は医療機関によって異なります。

ただし、予防接種法に基づく定期接種の対象者となっている「65歳以上の方」などは、市区町村によって接種費用が公費負担されているところがあります。札幌市の場合は、対象者であれば、1,400円（接種期間：令和6年10月1日～令和7年1月31日）の自己負担で接種することができます。

—厚生労働省「令和6年度インフルエンザQ&A」のQ21～Q33より

高齢者インフルエンザ定期予防接種のお知らせ <https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/fy04kourciinflu.html>

TOPICS

a subject 
that
people talk
or write about



CHAPTER



ノロウイルス

2



INFECTIOUS GASTROENTERITIS

感染性胃腸炎解説

感染性胃腸炎とは...

概要

感染性胃腸炎は、多種多様な原因によるものを包含する「症候群」です。

例年、12月頃にピークを迎えますが、年間を通じて発生しています。12月はウイルス性のもの、春はロタウイルス、夏は細菌性のものが原因となることが多くなります。

病原体

多くの細菌、ウイルス、寄生虫が病原体となります。細菌性のもものでは腸炎ビブリオ、病原性大腸菌、サルモネラ、カンピロバクターなど、ウイルス性のもものではノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどがみられます。また、寄生虫ではアニサキス、赤痢アメーバなどがあげられます。

感染経路は汚染された食品や水を摂取することによる感染（経口感染）や病原体が付着した手で口に触れることによる感染（接触感染）があります。

症状

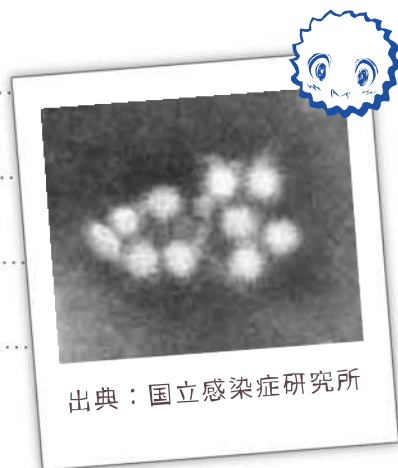
原因となる病原体により異なりますが、発熱、下痢、悪心、嘔吐、腹痛などが見られます。当初発熱が先行し、嘔吐、下痢など腹部症状が遅れて出現することもあります。

また、ノロウイルスの場合、潜伏期間は1～2日（24～48時間）です。主な症状は嘔気、嘔吐、下痢、腹痛で、発熱は軽度です。通常、これらの症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。加えて、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。ウイルスは、症状が消失した後も患者の便中に排出されるため、2次感染に注意が必要です。

INTRODUCTION OF PATHOGEN

感染性胃腸炎（ノロウイルス）の原因は？

- ▶ Name.....
ノロウイルス（英：Norovirus）
- ▶ Structure.....
エンベロープを持たないプラス鎖の一本鎖RNAウイルス
- ▶ Classification.....
カリシウイルス科
- ▶ Size.....
30～38nm（正二十面体）



出典：国立感染症研究所

表 ノロウイルスの 便への排出期間

ノロウイルスは、発症しても数日で症状は回復します。しかし、糞便中には回復後もウイルスが排出されています。排出期間は、一般に2週間、長いときは1か月間程度続くこともあります。

病日	1日	8日	15日	22日	検出法	備考
検出率	約80%	約45%	約35%	28%	RT-PCR	1歳未満34名 1-4歳33名 5-11歳16名 12歳以上6名

出典：公益社団法人日本食品衛生協会 ノロウイルス食中毒・感染症からまもる!!-その知識と対策-

診断

通常、臨床症状や周囲の感染状況等から総合的に診断します。病原体を推定・同定するときは、考えられる病原体の種類に応じて、様々な検査を行います。

ノロウイルスの場合、抗原検査キットがあり、一部の年齢で健康保険が適用されます。ただし、感染していても陽性とならない場合があるので、注意が必要です。

治療

治療は、ウイルス性のものでは対症療法（整腸剤や痛み止めなど）が中心となり、細菌・寄生虫によるものでは病原体特異的な治療を行います。

法律上の取り扱い

1 感染症法

インフルエンザと同様、定点報告対象として、5類感染症に指定されています。

定点医療機関が、週毎に1週間分の患者数を保健所に届け出ます。

2 学校保健安全法

第3種の感染症の「その他の感染症」として、病状によっては、学校医などの判断で出席停止の措置が取られる可能性があります。

3 食品衛生法

食中毒が疑われる場合、診断した医師は24時間以内に保健所に届け出る必要があります。

もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



16 国立感染症研究所

感染性胃腸炎とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/383-intestinal-intro.html>

本セクションの引用元となったページです（一部情報を更新して掲載しました）。



16 厚生労働省

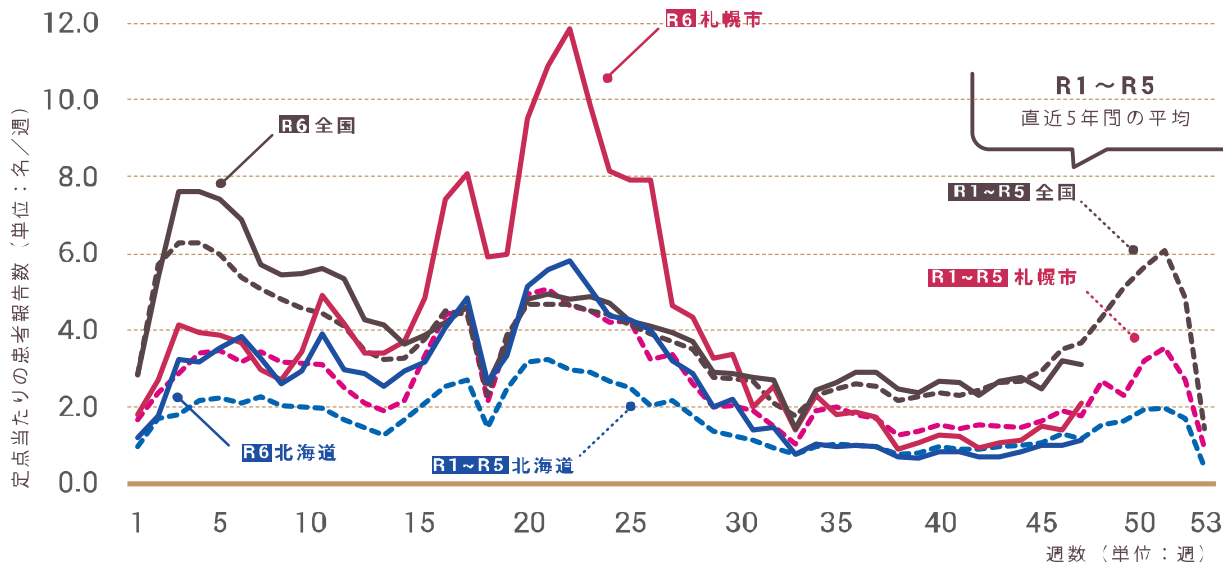
感染性胃腸炎

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou11/01-05-18.html>

感染症法に基づく届出基準が説明されているページです。

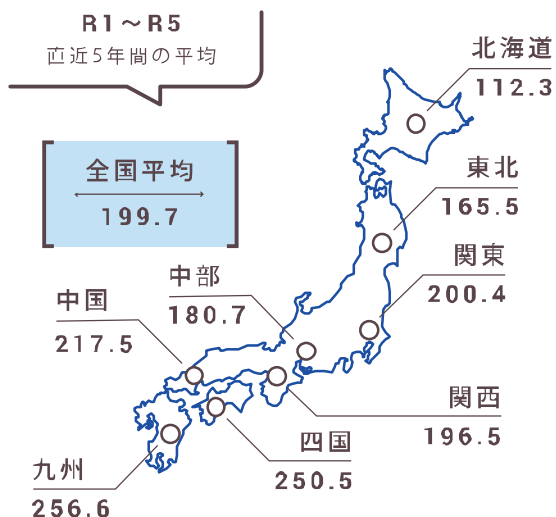
感染性胃腸炎の発生状況

01 定点医療機関からの患者報告 1週間ごとの患者数比較



- ☑ 年間を通じて発生あり
- ☑ 12月～1月だけでなく、4月～5月も多い

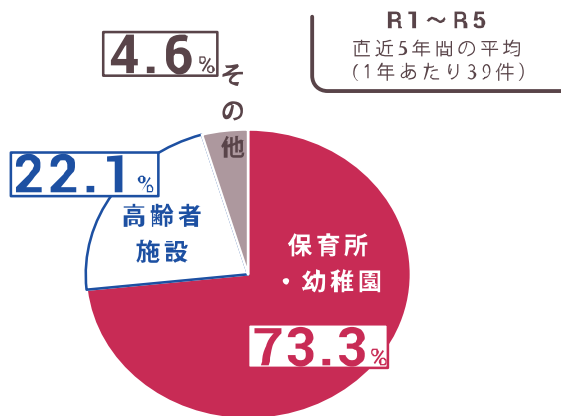
02 定点医療機関からの患者報告 地域ごとの患者数比較



定点当たりの患者報告数 (単位: 名/年)

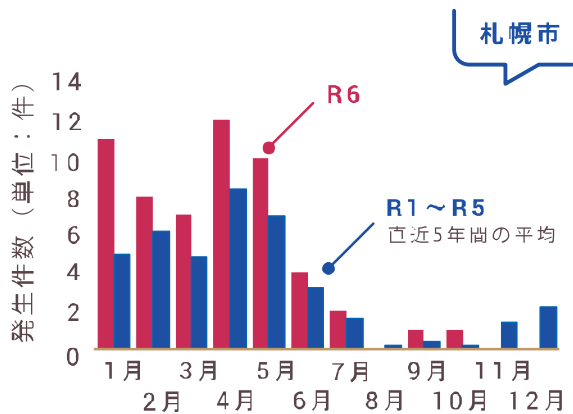
- ☑ 地域別では西側ほど多い
- ☑ 北海道は全国平均より少ない

03 各施設からの集団感染事例の発生報告 施設別の発生状況比較



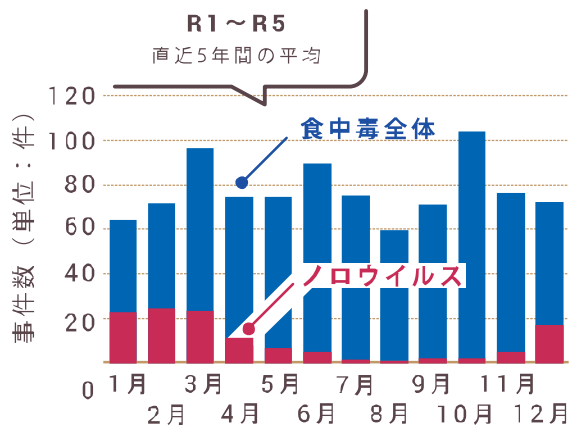
- ☑ 保育所・幼稚園が7割以上
- ☑ 次いで高齢者施設

04 各施設からの集団感染事例の発生報告 月別の発生状況比較



☑ 冬～春にかけて発生が多い

05 食中毒統計資料 月別の食中毒発生件数



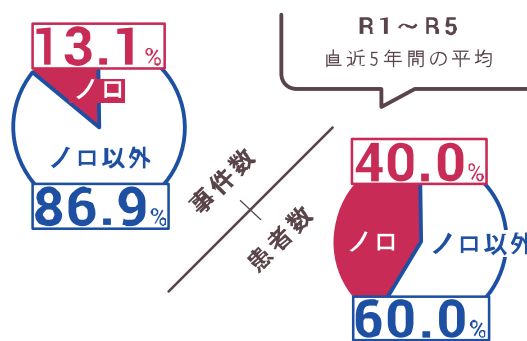
☑ ノロは定点報告と同様、冬～春に多い

感染性胃腸炎とノロウイルス

感染性胃腸炎の病原体の1つであるノロウイルスは、食中毒の原因としても知られています。そのため、ノロウイルスは食中毒としても情報が収集され、発生状況を見ると、全事件数の13.1%、全患者数の40.0%と大きな割合を占めています（直近5年間の平均）。

また、特に集団生活を行う施設では、ヒトからヒトへの「感染症」としての側面と、食べ物からの「食中毒」としての側面、その両方からの対策が求められます。

06 食中毒統計資料 事件数・患者数の構成比



- ☑ 事件数に比べ、患者数の比率が高い
- ☑ ノロウイルスは集団感染になりやすい



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



16 札幌市

感染性胃腸炎（定点あたり報告数、各区別報告数）

<https://www.city.sapporo.jp/eiken/infect/trend/graph/l603.html>

札幌市内の感染性胃腸炎の発生状況を確認できるページです。



16 札幌市

札幌市における感染症の発生状況（学級閉鎖・集団感染を含む）

https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/sapporo_kh.html

札幌市内の集団感染事例の件数を掲載しているページです。

感染性胃腸炎の予防と対策

⚠ 本章ではノロウイルスの対策を紹介します。一例として、参考にご覧ください。⚠

CHECK ▶▶ 普段から行う標準的な感染予防策（特に調理従事者）



用便後、調理前、調理中など流水・石けんによる手洗いを徹底します（2度洗いが効果的です）。



一般的な消毒用アルコールによる手指消毒は、手洗いの代用になりません。



手洗い後は、使い捨てペーパータオルを使用します（布タオルの共用は望ましくありません）。



健康状態を毎日確認します。特に調理従事者は、始業時に下痢症状の有無を確認し、記録を保存します。



ノロウイルスに感染しないよう食物や家族の健康状態に注意します。



調理従事者は、10月～3月を中心に月1回以上、または必要に応じてノロウイルスの検便検査を実施します。

CHECK ▶▶ まん延防止・食中毒防止の対策（調理/その他共通）



有症者の把握

早期に探知するため、常日頃から利用者や職員の状況を把握する必要があります。007～008ページを参考にインフルエンザと同様の対応をします。その際、責任者へ報告する症状については、「インフルエンザ様症状」を「噴出性嘔吐、水様性下痢」と読み替えて対応します。



二次感染の防止

ノロウイルスは、ヒト同士の接触機会が多いところでは、ヒトからヒトへ感染するリスクが高いため、次のような二次感染防止対策を徹底します

- 1 症状のある人は入浴を控え、回復した後も入浴順序を最後とします。
- 2 感染エリアと非感染エリアの担当職員をできる限り分けます。
- 3 症状のある人と症状のない人の交流を最小限にし、必要に応じて、面会や新規入所の制限を検討します。
- 4 施設に立ち入る人全員が適切な手洗いを実施できるよう、掲示等を行います。
- 5 職員は、家族の体調にも留意し、家庭でも対策を行います。



嘔吐時の対応

- 1 利用者又は職員が嘔吐した際の対応について、事前に全職員に周知します。
- 2 吐物処理の際、処理する職員は個人防護具を着用し、換気を行いながら、マニュアル等に従い、適切な手順で消毒します。
- 3 適切な濃度の次亜塩素酸ナトリウム液※で消毒を行います。次亜塩素酸ナトリウム液の使用が困難な場合、熱処理や熱湯消毒を行います。

※) 嘔吐物や便で汚染された場所等の場合1,000ppm、患者が手を触れた場所等の場合200ppmで行います。消毒液の調整方法は、P017を参考にしてください。



食中毒発生防止のための衛生管理（特に調理従事者）

- 1 発症した調理従事者は、食品を取り扱う作業に従事しないようにし、直ちに医療機関を受診します。
- 2 発症した調理従事者は陰性が確認されるまで、調理作業の従事を控えてください。
- 3 調理従事者が発症した場合は、調理従事者の交代や代替食への切り替えなど、緊急時の体制を整備します。
- 4 食品を取り扱う際は、手洗いや使い捨て手袋の着用を徹底します。
- 5 食品を加熱して提供する際は、中心部が85～90℃で90秒以上になるよう加熱します。
- 6 調理施設や調理器具の洗浄・次亜塩素酸ナトリウムによる消毒を徹底します。（ノロウイルスにはアルコール消毒は効果がありません。）



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



16 厚生労働省

感染性胃腸炎（特にノロウイルス）について

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou19/norovirus/>
厚生労働省が感染性胃腸炎の様々な情報を掲載しているページです。



16 札幌市

感染性胃腸炎（ノロウイルス感染症など）

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/f23norovirus1.html>
札幌市が感染症の観点から感染性胃腸炎の対策などを紹介しているページです。



16 札幌市

ノロウイルスによる食中毒

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/shoku/chudoku/norovirus.html>
札幌市が食中毒の観点からノロウイルスの対策などを紹介しているページです。

TOPICS



a subject
that
people talk
or write about

次亜塩素酸ナトリウム液の作り方と使い方

次亜塩素酸ナトリウムで消毒を行う場合、用途にあった濃度で使用する必要があります。一般的に、原液を水で薄めて消毒液として使用します。

業務用のものでなくても、家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。

●●濃度と用途

0.02% (200ppm) の場合

- ▶ 厨房内、日常的な清掃（ドアノブ蛇口など）、食器、器具など

0.1% (1,000ppm) の場合

- ▶ トイレ、汚染物がついた場所・物・衣類など

●●計算式

$$\text{原液の量 (mL)} = \frac{\text{作りたい消毒液の量 (mL)} \times \text{作りたい消毒液の濃度 (\%)}}{\text{原液の濃度 (\%)}}$$

例 原液濃度5%の次亜塩素酸ナトリウムを使用し、0.1% (1,000ppm) の消毒液を500mL作成したい場合

$$\frac{500 \times 0.1}{5} = 10 \text{ (mL)} \quad \text{▶ 10mLの原液を使用する}$$

●●早見表

原液の濃度	0.02%の消毒液を作成する場合		0.1%の消毒液を作成する場合	
	原液の量	消毒液の量	原液の量	消毒液の量
12%	5mL	3.0L	25mL	3.0L
6%	10mL	3.0L	50mL	3.0L
5%	12mL	3.0L	60mL	3.0L
1%	60mL	3.0L	300mL	3.0L

●●使用時の注意事項

- 1 製品ごとに濃度が異なるため、事前に確認してください。
- 2 製品は使用期限内のものを使用してください。
- 3 製品の「使用上の注意」を確認し、他の洗剤と混ぜないでください。
- 4 手荒れの原因になるため、手指消毒には使用しないでください。
- 5 金属腐食性や脱色性があるため、使用できる場所か確認してください。
- 6 希釈した次亜塩素酸ナトリウム液はなるべく早く使用し、保管しないようにしましょう。

CHAPTER



3



INFORMATION

札幌市保健所からの
お知らせ

保健所への報告基準

報告基準

施設長は、次の3つの条件のうちいずれかを満たす場合、社会福祉施設等主管部局及び保健所に報告するようお願いいたします。

- 1 同一の感染症・食中毒（疑い含む）による死亡者や重篤患者が1週間内に2名以上発生した場合
- 2 同一の感染症・食中毒（疑い含む）の患者が10名以上又は全利用者の半数以上発生した場合
- 3 上記に該当しない場合でも、通常を上回る感染症・食中毒の発生が疑われ、特に施設長が報告を必要と認めた場合

報告先

札幌市保健所感染症総合対策課

- ▶ ファックス：011-622-5168
- ▶ メール：kansenkakari@city.sapporo.jp

主な対象施設

報告を行う対象施設は以下のとおりです。

- 1 介護・老人福祉関係施設
 - ▶ 各種老人ホーム、介護保健施設
 - ▶ 老人デイサービスを行う施設
 - ▶ サービス付き高齢者向け住宅 など
- 2 保護施設
 - ▶ 救護施設、更生施設 など
- 3 ホームレス関係施設
- 4 その他施設
 - ▶ 社会事業授産施設、無料低額宿泊所 など
- 5 児童・婦人関係施設等
 - ▶ 助産施設
 - ▶ 乳児院
 - ▶ 保育所、認定こども園
 - ▶ 児童関係施設 など
- 6 障害関係施設
 - ▶ 障害福祉サービス事業所
 - ▶ 障害者支援施設
 - ▶ 障害児入所施設・通所支援事業所 など



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



COM 札幌市

社会福祉施設等の従事者の皆様へのお知らせ

https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/sisetu_houkoku.html

札幌市保健所に報告する際の報告基準や様式を掲載しているページです。

注意報・警報

感染症としての注意喚起

定点医療機関からの患者報告数が一定のレベルを超える場合、迅速に注意喚起を行うことを目的に、保健所単位で警報・注意報を発令しています。

▶ 注意報

流行の発生前であれば今後4週間以内に大きな流行が発生する可能性が高いこと、流行の発生後であれば流行が継続していると疑われることを指します。

▶ 警報

大きな流行が発生または継続しつつあると疑われることを指します。

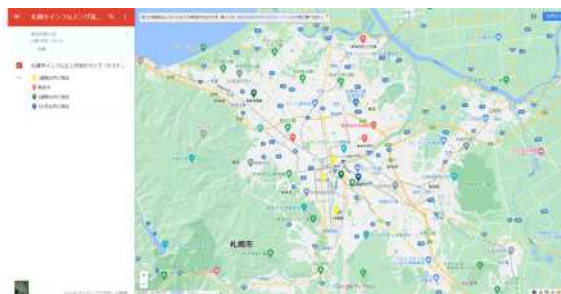
食中毒としての注意喚起

札幌市内でノロウイルスによる食中毒事例が頻発した場合など、「ノロウイルス食中毒注意報・警報」を発令しています。

札幌市インフルエンザ流行マップ

保健所では、インフルエンザについて、保育園、幼稚園、学校などから学級閉鎖や休校に関する情報を収集しています。

収集した情報はマップ形式で公開していますので、付近の発生状況を知りたいときなど、ぜひご利用ください。



※) マップはGoogleマップで作成しています。

表 注意報・警報レベルの基準値

感染症	注意報レベル 基準	警報レベル	
		開始基準	終息基準
インフルエンザ	10.0	30.0	10.0
感染性 胃腸炎	-	20.0	12.0

※) 基準値は定点当たり報告数です。



もっと詳しく知りたい方は ▶▶▶

関連情報が掲載されているホームページを紹介。



COM 札幌市

札幌市における感染症の発生状況（学級閉鎖・集団感染を含む）

https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/sapporo_kh.html

警報等の発令状況や流行マップ、学級閉鎖情報を掲載しているページです。



COM 札幌市

ノロウイルス食中毒注意報・警報

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/shoku/chudoku/norotyuihou3.html>

ノロウイルス食中毒に関する注意報や警報について掲載しているページです。

新型コロナウイルス感染症の



新型コロナウイルス感染症（以下「コロナ」という。）の予防と対策は、インフルエンザと同様ですので、インフルエンザの解説をご覧ください。
ここでは、コロナの流行状況、ワクチン接種、後遺症についてお知らせします。

Q 今年の冬も流行しそうですか？

A 流行する可能性があります。
コロナは、これまで年に複数回の流行がみられ、令和5年は夏と冬の2回流行がみられました。令和6年も夏に流行がみられており、今冬も流行する可能性があると考えられます。

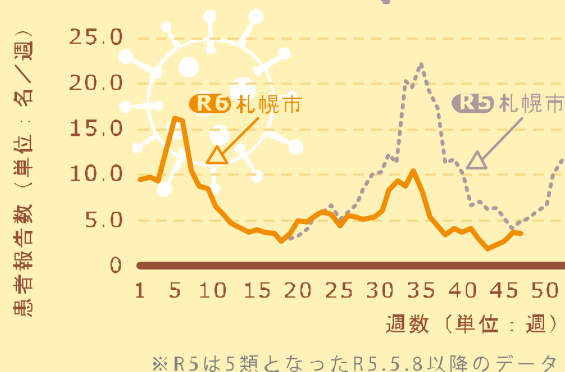
Q 施設内での集団感染は流行時のみ発生していますか？

A 通年で発生しています。
施設での集団発生数は、コロナの流行に伴い増加するものの、インフルエンザと異なり流行期以外の時期も発生しています。そのため、重症化リスクが高い高齢者が生活している施設などでは、基本的な感染対策（標準予防策）を継続することが重要です。

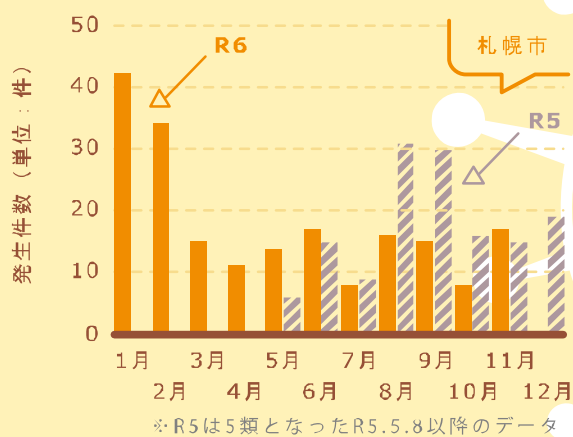
Q ワクチン接種費用は全額自己負担ですか？

A 65歳以上などを対象とする一部公費負担制度があります。
コロナのワクチン接種費用は、原則的には全額自己負担ですが、札幌市の場合は、予防接種法に基づく定期接種の対象者となっている「65歳以上の方」などであれば、令和6年度は3,200円（接種期間：令和6年10月1日～令和7年1月31日）の自己負担で接種することができます。なお、定期接種の対象者に対する公費負担制度は、市区町村によって異なります。

■ 定点医療機関からの患者報告 (SAPPORO)



■ 施設からの集団感染事例の発生報告 (SAPPORO)



Q4

後遺症があると聞きましたが、どれくらいの人になりますか？

WHO（世界保健機関）は、感染者の**10～20%**に発生すると報告しています。

年齢や性別、コロナ罹患時の重症度などにかかわらず、感染した全ての方に起こる可能性があります。

Q5

後遺症の症状はどのようなものですか？

呼吸器症状だけでなく、様々な症状が報告されています。

後遺症の症状は、特別な治療を要さないものから、長期にわたるサポートを必要とするものまで様々であり、後遺症に対する周囲の理解が大切です。



全身症状

倦怠感
筋力低下
関節痛
筋肉痛

精神・神経症状

記憶障害
集中力低下
頭痛
抑うつ
睡眠障害



呼吸器症状

呼吸困難感
咳嗽
喀痰
息切れ

その他の症状

嗅覚障害
味覚障害
動悸
下痢、腹痛
脱毛



Q6

後遺症の治療について教えてください。

後遺症の治療法は確立されておらず、対症療法が基本となります。

後遺症を疑う場合、後遺症の診療をしている医療機関、かかりつけ医や地域の医療機関等への受診をご検討ください。なお、後遺症の診療をしている医療機関一覧はホームページに掲載していますのでご参照ください。

それぞれの詳しいことは、以下の札幌市公式ホームページからご確認ください。



流行状況：札幌市における主な感染症の発生動向

<https://www.city.sapporo.jp/eiken/infect/index.html#a>

ワクチン接種：高齢者新型コロナウイルス定期予防接種のお知らせ

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/covid-19-vaccine.html>

後遺症：新型コロナウイルス感染症の罹患後症状（いわゆる後遺症）について

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/covid-19/kouisyuu.html>

知ってほしい、 帯状疱疹

News of Shingles (Herpes Zoster)

50歳以上の方は気を付けて

帯状疱疹は、「水痘・帯状疱疹ウイルス」というウイルスにより引き起こされる感染症です。水痘は一般には「みずぼうそう」として知られており、水痘が治癒した後もウイルスが神経に潜伏し、免疫低下や加齢に伴いウイルスが再び活性化することにより、帯状疱疹を発症します。帯状疱疹後神経痛など重症化する場合があるため、早期発見・早期治療が大切です。



患者数

INFECTION NUMBERS

50歳以上の発症率が高く、日本では80歳までに約3人に1人がかかると言われています。



症状

SYMPTOMS

水ぶくれを伴う赤い発疹が帯状に現れ、痛みが生じる皮膚の病気です。



受診

MEDICAL EXAMINATION

疑われる症状が見られときは、早めに医療機関を受診しましょう。



治療

TREATMENT

重症化予防のため、抗ウイルス薬や鎮痛剤が処方されます。



予防

PREVENTION

食事・睡眠・運動などにより健康的な生活習慣を保つことが大切です。



ワクチン

VACCINE

予防には、ワクチンも有効です。主に50歳以上の方を対象としたワクチンが接種できます（※）。

※注）札幌市では、帯状疱疹ワクチンの費用助成はありませんので、全額自己負担となります。

INFORMATION

- 本資料に関するお問い合わせは、札幌市保健所までお願いします。
感染症に関すること：感染症総合対策課 ☎011-622-5199
食中毒に関すること：食の安全推進課 ☎011-622-5170
- 本資料に掲載した情報は、令和6年12月2日時点のものです。
- 本資料を広く施設内に周知していただき、職員教育などにご活用いただけますと幸いです。

REFERENCES

- ウイルス等画像：国立感染症研究所
- 各種画像：Unsplash (<https://unsplash.com>)
Pexels (<https://www.pexels.com>) ほか
- 各種アイコン：ICOON-MONO (<https://icoon-mono.com/>)
The Noun Project (<https://thenounproject.com/>)

