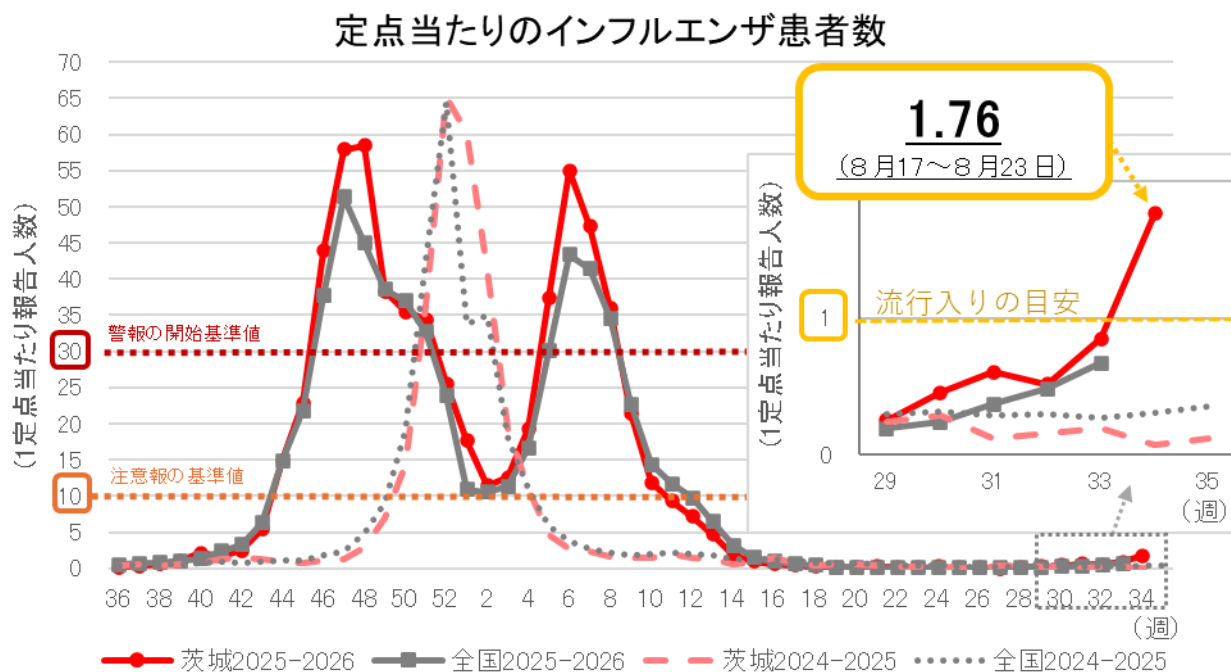


季節性インフルエンザの流行情報について

本県における2026年第34週(8月17日～8月23日)の季節性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、「1.76」(前週は0.85)となったため、季節性インフルエンザが流行期入りしました。

県民の皆様におかれましては、「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。

※ 1 定点(県内68医療機関)当たりの1週間の平均患者報告数で、これが1.00を超えると流行期に入ると判断される。また、当該報告数が注意報基準値(10)以上となった場合に注意報を発令し、警報基準値(30)以上となった場合に警報を発令する。なお、その後、当該報告数が終息基準値(10)を下回った場合に解除する。



【本県における流行期入り時期(週)】

年	2022	2023	2024	2025	2026
流行期入り時期(週)	2022年第52週 (2022/12/26 ～2023/1/1)	2023年第31週 (2023/7/31 ～8/6)	2024年第41週 (2024/10/7 ～10/13)	2025年第39週 (2025/9/22 ～9/28)	2026年第34週 (2026/8/17 ～8/23)

【全国のインフルエンザに関する報道発表資料】

全国の状況については、下記のサイトをご参照ください。

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

【各保健所管内のインフルエンザの流行状況】

保健所	定点数	調査期間：8/17～8/23（第34週）	
		患者数	定点当たりの患者報告数
中央	4	0	0.00
ひたちなか	8	6	0.75
日立	5	11	2.20
潮来	6	8	1.33
竜ヶ崎	11	17	1.55
土浦	6	16	2.67
つくば	9	28	3.11
筑西	7	4	0.57
古河	5	12	2.40
水戸市	7	18	2.57
県全体	68	120	1.76

※ 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

☆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、換気を出来ます。

☆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いわれていますので、その間は外出を控えましょう。

