

## 県北地域の流行状況

### 咽頭結膜熱（プール熱）にご注意を！！

県北地域における咽頭結膜熱は、**3週連続**で流行～小流行が続いています。

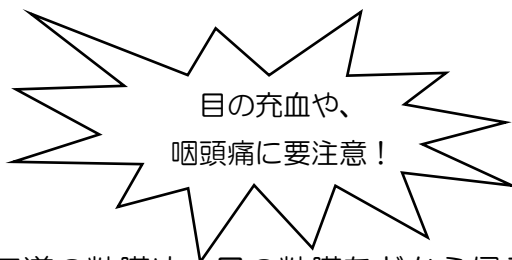
通常、**6月頃から徐々に流行**しはじめ、**7～8月にピーク**となるため、**これからの時期は特に注意が必要**です！

	第22週（5/29～6/4）		第23週（6/5～6/11）		第24週（6/12～6/18）	
	報告数	1定点あたり	報告数	1定点あたり	報告数	1定点あたり
福島県	28	0.57	40	0.81	34	0.69
県北地域	5	1.0	6	1.2	4	0.8

1.0以上が流行！

#### ○咽頭結膜熱とは？

咽頭結膜熱は、**アデノウイルス**の感染により、**38～39℃の発熱**、**咽頭炎**、**結膜炎**といった症状をきたす、アデノウイルス感染症の中のひとつです。主に、**幼児**や**学童**に多い病気ですが、子どもだけでなく大人も感染する可能性があります。



#### ○感染経路

咳やくしゃみをしたときのしぶきが、気道の粘膜や、目の粘膜などから侵入することによって感染（**飛沫感染**）したり、プールでの接触やタオルの共用により感染（**接触感染**）することが多いです。そのため、感染者との密接な接触を避け、**タオルなどの共有はせず、自分の物を使う**ようにしましょう。また、プールからあがった後は**シャワーを浴び、うがい**をしましょう。

#### ○登園・登校の目安

咽頭結膜熱は、学校保健安全法（第19条）が定める学校感染症です。基本的には、**すべての症状が軽快したあと2日経過するまで**は出席停止となります。

#### ○予防方法

引き続き、流水とせっけんによる**手洗い・うがい・手指消毒**をこまめに行いましょう！！

症状があるときは**マスクを着用**し、周りへの感染も防ぎましょう。



しっかり対策して、楽しい夏を過ごしましょう♪

# 腸管出血性大腸菌（O157等）を 予防しましょう！

## 腸管出血性大腸菌とは

人に下痢等の消化器症状や合併症を起こす病原大腸菌の中でも、**毒素**を作り出血を伴う腸炎を起こすものを**腸管出血性大腸菌（O157等）**とといいます。潜伏期間は**3～8日**で、**激しい腹痛**や**水様性の下痢**、**血便**などがみられ、中には重症化することもあります。

食中毒は、気温が高い**初夏から初秋**にかけて多発するため、要注意！

## 予防法

### <細菌性食中毒予防の三原則>

#### ①菌を「**付けない**」

- 食材を扱う前後や食事の前は**必ず手を洗い**ましょう。
- レタスやきゅうり等の生野菜は、**十分に洗ってから**食べましょう。
- 使用した調理器具は、洗剤で**しっかり洗**いましょう。
- 焼き肉やバーベキュー等、肉を焼いて食べる場合は、  
「**焼く箸**」と「**食べる箸**」を分けるようにしましょう。
- 包丁やまな板を「**肉用**」「**魚用**」「**野菜用**」と使い分けるなど、工夫しましょう。



#### ②菌を「**増やさない**」

- 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意し、**7割**を目安にしましょう。
- 冷蔵庫は**10℃以下**、冷凍庫は**-15℃以下**を保ちましょう。

細菌の多くは、10℃で増殖速度が緩やかになり、-15℃で増殖が停止します。  
**細菌が消えるわけではない**ため、食材は早めに消費するようにしましょう。



#### ③菌を「**やっつける**」

- 腸管出血性大腸菌は**75℃で1分間以上**の加熱をすると死滅します。
- 包丁やまな板などを洗った後に**熱湯**をかけたり、  
**次亜塩素酸ナトリウム**（濃度**100ppm・10分間**）で消毒すると効果的です。



参考：厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp>)、福島県ホームページ (<https://www.pref.fukushima.lg.jp>)

発行日：令和5年6月26日

発行元：福島県県北保健所 医療薬事課 感染症予防チーム

住所 〒960-8012 福島市御山町8-30

電話 024-534-4113

ホームページ：検索キーワード

福島県県北保健所