

[夷隅感染症情報]（2021年 第1報）

2020年第51週 ～ 2021年第2週（R2年 12/14 ～ R3年 1/17）

令和3年1月7日、国の新型コロナウイルス感染症対策本部長は、緊急事態宣言を行い、緊急事態措置を実施すべき期間を2月7日までの間とし、千葉県も指定されました。

＜ 新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく協力要請について＞

（1）県民の皆様へ 【特措法第45条1項】

- 不要不急の外出・移動は自粛してください。特に、20時以降の不要不急の外出の自粛を徹底してください。医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など、生活や健康の維持のために必要なものについては、外出の自粛要請の対象外とします。
- 「三つの密」を徹底的に避けるとともに、「人と人との距離の確保」「マスクの着用」「手洗いなどの手指衛生」等の基本的な感染対策を行ってください。
また、別添の「10のポイント」「新しい生活様式の実践例」「感染リスクが高まる「5つの場面」」を参考に、感染対策を徹底してください。

（2）施設管理者およびイベント主催者の皆様へ 【特措法第24条9項】

- 催物の開催にあたっては、人数制限等の上限を守ってください。
主な人数基準
屋内：上限人数は5,000人かつ定員の半分以上
屋外：上限人数は5,000人以下
かつ人と人との距離を十分に確保（できれば2メートル）

（3）事業者の皆様へ 【特措法第24条9項】

期間：令和3年1月12日（火）から令和3年2月7日（日）まで

- 飲食店、喫茶店その他設備を設けて客に飲食させる営業が行われる施設のうち、食品衛生法における飲食店営業の許可を受けている店舗は、「20時から5時」は営業しないでください。
- 酒類を提供する場合は11時から19時までとしてください。
- 職場への出勤は、外出自粛等の要請対象からは除かれるものですが、「出勤者数の7割削減」を目指すことも含め、接触機会の低減に向け、在宅勤務（テレワーク）や、出勤が必要となる職場でもローテーション勤務等を強力に推進してください。
- 20時以降の不要不急の外出自粛を徹底することを踏まえ、事業の継続に必要な場合を除き、20時以降の勤務を抑制してください。
- 職場に出勤する場合でも、時差出勤、自転車通勤等の人との接触を低減する取組を強力に推進してください。
- 職場においては、感染防止のための取組（手洗いや手指消毒、咳エチケット、職員同士の距離確保、事業場の換気励行、複数人が触る箇所の消毒、発熱等の症状がみられる従業員の出勤自粛、出張による従業員の移動を減らすためのテレビ会議等の活用等）や、「3つの密」や「感染リスクが高まる「5つの場面」」等を避ける行動を徹底するよう促してください。特に、職場での「居場所の切り替わり」（休憩室、更衣室、喫煙室等）に注意するよう、周知してください。
- 職場や店舗等に関して、業種別ガイドライン等の感染防止対策を実践してください。
- 街頭の電飾などのイルミネーションは早めに消灯するようお願いします。

＜参考資料＞

人との接触を8割減らす、10のポイント

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守るよう、日常生活を見直してみましょう。

<p>1 ビデオ通話で オンライン帰省</p> 	<p>2 スーパーは1人 または少人数で すいている時間に</p> 	<p>3 ジョギングは 少人数で 公園はすいた時間、 場所を選ぶ</p> 
<p>4 待てる買い物は 通販で</p> 	<p>5 飲み会は オンラインで</p> 	<p>6 診療は遠隔診療 定期受診は間隔を調整</p> 
<p>7 筋トレやヨガは 自宅で動画を活用</p> 	<p>8 飲食は 持ち帰り、 宅配も</p> 	<p>9 仕事は在宅勤務 通勤は医療・インフラ・ 物流など社会機能維持 のために</p> 
<p>10 会話は マスクをつけて</p> 	<p>3つの密を避けましょう</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 換気の悪い密閉空間 2. 多数が集まる密集場所 3. 間近で会話や発声をする密接場面 	

手洗い・咳エチケット・換気や、健康管理
も、同様に重要です。

「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な生活様式

- 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で療養



(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

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話することで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



1) 新型コロナウイルスについては、感染者の発生が続いています

指定感染症	累計(年)
新型コロナウイルス感染症*	18,168

*千葉県報道発表による(1月19日15時現在)

2) 新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

1. 相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- 発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- 発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- 基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話で御相談ください。

2. 発熱相談コールセンターに御相談いただく目安

- 少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに御相談ください。(これらに該当しない場合の相談も可能です。)
 - ☆ 息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
 - ☆ 重症化しやすい方(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
(※)高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
 - ☆ 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合
(症状が4日以上続く場合は必ず御相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。)
- **相談は、かかりつけ医または、お近くの医療機関にご相談ください。**

(妊婦の方へ)

妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めにかかりつけ医や「千葉県発熱相談コールセンター」に御相談ください。

(お子様をお持ちの方へ)

小児については、小児科医による診察が望ましく、かかりつけ小児医療機関や「千葉県発熱相談コールセンター」に御相談ください。

※この目安は、県民のみなさまが、相談・受診する目安です。これまで通り、**検査については医師が個別に判断**します。

3. 医療機関にかかる時のお願い

- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

3) 千葉県の新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口

◎千葉県発熱相談コールセンター

(電話番号) 03-6747-8414

(対応時間) 24時間(土日・祝日を含む)

(対応内容) 発熱や呼吸器症状等、心配な症状が出た時の対応や受診先についての相談をはじめ、感染予防等の新型コロナウイルス感染症に関する相談。

◎夷隅保健所(夷隅健康福祉センター)での相談

(電話番号) 0470-73-0145

(対応時間) 平日の午前8時30分から午後5時15分

管内の感染症発生状況

管内では、第51週に1例、52週に6例、合計7例のつつが虫病の発生届がありました。
また新型コロナウイルス感染症について、管内の医療機関から管外居住の患者も含めて、56例の発生届が、(2020年第51週～2021年第2週まで)ありました。

●管内の全数把握感染症情報 ●

<類別・疾患別集計表>

区 分	51週—53週	累計(2020年 発生分)
1 類感染症	0	0
2 類感染症		
結核	0	9
3 類感染症	0	3(腸管出血性大腸菌感染症3)
4 類感染症	7	20(つつが虫病18 日本紅斑熱2)
(※管内居住の患者数)		
5 類感染症	0	0
(※管内医療機関からの届出数)	0	0
	0	0

● 管内定点把握対象疾患 ●

疾患名 (インフルエンザ及び小児科定点疾患)	2020年 1週～ 53週の 累計	直近2週の届出数			
		2021年 1週	2週		
1 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)	369	0	0		
2 RSウイルス感染症	3	0	0		
3 咽頭結膜熱	4	3	0		
4 A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	103	1	2		
5 感染性胃腸炎	34	0	1		
6 水痘	2	1	2		
7 手足口病	0	0	0		
8 伝染性紅斑	9	0	0		
9 突発性発しん	10	0	1		
10 ヘルパンギーナ	5	0	0		
11 流行性耳下腺炎	1	0	1		

<参考>夷隅健康福祉センター管内の定点医療機関は、

インフルエンザ定点 : 5 医療機関

小児科定点 : 3 医療機関

の協力を得ています。

<リンク先>

- ・ 国立感染症研究所 <http://www.nih.go.jp/niid/ja/>
- ・ 千葉県健康福祉部疾病対策課 <https://www.pref.chiba.lg.jp/shippei/index.html>
- ・ 千葉県感染症情報センター（千葉県衛生研究所感染症学研究室内）
<https://www.pref.chiba.lg.jp/eiken/c-idsc/index.html>
- ・ 厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>
- ・ 厚生労働省検疫所（FORTH） <http://www.forth.go.jp/>

感染症情報の受信先設定について

日頃、感染症対策の推進に御協力いただきありがとうございます。

【連絡】

登録アドレスの廃止、変更等は連絡願います。

【利用にあたっての注意】

『夷隅感染症情報』の感染症の説明等は主に公的機関の情報を基に作られ、できるだけ最新で正確なものを発信するよう努めておりますが、御利用に際しては、利用機関の責任において御使用ください。また、メールの安全性についても県庁のネットワークシステムの一環として安全性の確保を図っておりますが、受信先におきましてもセキュリティー等の注意をお願いします。

※このアドレスは送信専用です。お問い合わせの際には下記まで御連絡ください。

<配信元>

千葉県夷隅健康福祉センター（夷隅保健所）

【お問い合わせ先】

isumiho3@mz.pref.chiba.lg.jp
