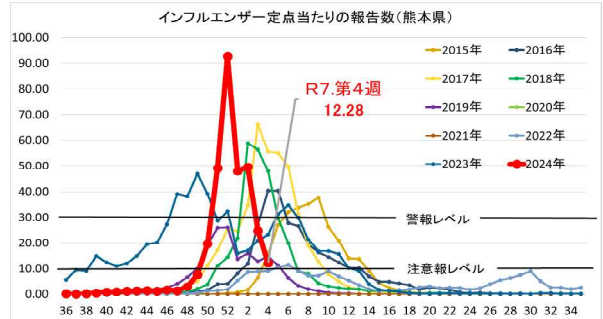


# 熊本県感染症情報 (第4週:1/20~1/26)

## インフルエンザに引き続き注意しましょう (警報継続中)

今週(第4週)のインフルエンザの報告数は、970件(一定点当たり12.28)で、報告数は減少しましたが、依然として高い水準にあり、引き続き、注意が必要です。「定期的な換気」「場面に応じた適切なマスクの着用」「手洗い」等基本的な感染対策を徹底し、感染を予防しましょう。また、発熱等の症状がある場合には、かかりつけ医に御相談ください。県では、「救急安心センター(7119)」や「熊本県子ども医療電話相談(8000)」にて、電話相談を受け付けています。夜間の急な病気やケガで医療機関に行くか迷うときなど、御活用ください。



<https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/30/222632.html>



## エイズの発生状況について

今週(第4週)のエイズの報告数は、1件でした。現在、熊本県では、各保健所での無料・匿名の検査に加え、医療機関での委託検査(自己負担1,000円)も実施しています。詳しくは、県ホームページを御覧ください。気になる症状や感染に心当たりのある方は、早めに検査を受け、早期発見・早期治療に繋がしましょう。

※一度「警報レベル」を超えると、「注意報レベル」を下回るまで「警報レベル」が継続。

## 1 定点把握対象疾患

県内152定点医療機関からの報告数 : 1/20~1/26

定点	No.	疾患名	今週	前週
インフルエンザ/COVID-19	79	1 インフルエンザ	970	1,955
	2	2 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)	461	441
小児科	49	3 RSウイルス感染症	15	21
	4	4 咽頭結膜熱	13	10
	5	5 A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	142	90
	6	6 感染性胃腸炎	424	331
	7	7 水痘	9	6
	8	8 手足口病	10	6
	9	9 伝染性紅斑(りんご病)	10	7
	10	10 突発性発しん	14	13

定点	No.	疾患名	今週	前週
小児科	49	11 ヘルパンギーナ	1	0
	12	12 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	2	2
眼科	9	13 急性出血性結膜炎	1	0
	14	14 流行性角結膜炎(はやり目)	8	11
基幹	15	15 細菌性髄膜炎	0	0
	16	16 無菌性髄膜炎	0	1
	17	17 マイコプラズマ肺炎	3	6
	18	18 クラミジア肺炎	0	0
	19	19 感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0

定点の右欄は、定点医療機関数。

## 【報告数の多い疾患】

地区別: 定点当たりの報告数が多い地域を順に記載

疾患名	今週	前週	地区別			年齢別		
			1	2	3			
インフルエンザ	970件	1,955件	菊池	有明	人吉	10-14歳	180件	18.6%
新型コロナウイルス感染症(COVID-19)	461件	441件	有明	水俣	宇城	80歳以上	52件	11.3%
感染性胃腸炎	424件	331件	菊池	有明	宇城	1歳	70件	16.5%

【定点把握対象疾患の推移(過去7週)】

報告期間	第49週	第50週	第51週	第52週	第1週	第2週	第3週	第4週	第1週	第2週	第3週
	7週前 12/2~ 12/8	6週前 12/9~ 12/15	5週前 12/16~ 12/22	4週前 12/23~ 12/29	3週前 12/30~ 1/5	2週前 1/6~ 1/12	1週前 1/13~ 1/19	今週 1/20~ 1/26	全国3週前 12/30~ 1/5	全国2週前 1/6~ 1/12	全国1週前 1/13~ 1/19
インフルエンザ	605 7.66	1,559 19.73	3,879 49.10	7,312 92.56	3,782 47.87	3,920 49.62	1,955 24.75	970 12.28	141,998 33.82	172,417 35.02	90,712 18.38
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	176 2.23	193 2.44	290 3.67	358 4.53	229 2.90	493 6.24	441 5.58	461 5.84	22,357 5.32	34,857 7.08	27,755 5.62
RSウイルス感染症	18 0.37	13 0.27	5 0.10	7 0.14	3 0.06	5 0.10	21 0.43	15 0.31	446 1.07	1,058 2.34	1,273 2.73
咽頭結膜熱	10 0.20	9 0.18	16 0.33	22 0.45	6 0.12	13 0.27	10 0.20	13 0.27	310 0.76	981 2.13	710 1.56
A群溶血性レンカ球菌咽頭炎	170 3.47	172 3.51	179 3.65	137 2.80	39 0.80	95 1.94	90 1.84	142 2.90	1,608 4.06	5,417 11.93	5,750 12.50
感染性胃腸炎	274 5.59	339 6.92	343 7.00	285 5.82	95 1.94	266 5.43	331 6.76	424 8.65	2,881 7.09	12,935 28.43	14,134 31.45
水痘	5 0.10	9 0.18	11 0.22	7 0.14	14 0.29	18 0.37	6 0.12	9 0.18	365 0.91	1,098 2.43	576 1.27
手足口病	166 3.39	147 3.00	92 1.88	50 1.02	9 0.18	16 0.33	6 0.12	10 0.20	233 0.59	515 1.14	356 0.78
伝染性紅斑	14 0.29	4 0.08	2 0.04	7 0.14	3 0.06	8 0.16	7 0.14	10 0.20	428 1.07	2,929 6.53	2,979 6.63
突発性発しん	16 0.33	28 0.57	26 0.53	20 0.41	4 0.08	19 0.39	13 0.27	14 0.29	138 0.35	634 1.43	578 1.27
ヘルパンギーナ	6 0.12	7 0.14	5 0.10	4 0.08	0 0.00	2 0.04	0 0.00	1 0.02	10 0.02	30 0.07	29 0.06
流行性耳下腺炎	0 0.00	2 0.04	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	2 0.04	2 0.04	38 0.09	84 0.19	96 0.21
急性出血性結膜炎	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	1 0.11	9 0.02	47 0.07	34 0.05
流行性角結膜炎	20 2.22	9 1.00	9 1.00	11 1.22	4 0.44	14 1.56	11 1.22	8 0.89	124 0.22	773 1.12	423 0.61
細菌性髄膜炎	0 0.00	1 0.07	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	8 0.02	11 0.02	12 0.03
無菌性髄膜炎	0 0.00	1 0.07	3 0.20	0 0.00	0 0.00	0 0.00	1 0.07	0 0.00	7 0.01	16 0.03	10 0.02
マイコプラズマ肺炎	26 1.73	27 1.80	20 1.33	17 1.13	5 0.33	9 0.60	6 0.40	3 0.20	368 0.77	531 1.11	410 0.85
クラミジア肺炎	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	- 0.00	2 0.00	3 0.01
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	0 0.00	11 0.02	4 0.01	11 0.02

上段：患者数、下段：定点一医療機関当たりの患者報告数

【全国より一定点当たり2倍以上(3週連続)多い感染症】

(全国の流行状況の情報還元には時間差があるため、全国の情報には1週間までの内容になります。) 該当なし

【大きな流行が発生又は継続しつつある地域(保健所)】

インフルエンザ : 熊本、菊池、八代、人吉、有明、宇城  
感染性胃腸炎 : 菊池

2 全数把握対象疾患

疾患名	今週	R7累計
1類感染症	報告なし	
2類感染症	結核	5
3類感染症	報告なし	
4類感染症	報告なし	
5類感染症	カルバペネム耐性腸内細菌目細菌感染症	1
	後天性免疫不全症候群(HIV感染症を含む)	1
	侵襲性肺炎球菌感染症	1
	播種性クリプトコックス症	1
	百日咳	2

当該週以外の週で、報告遅れや取下げがあるため、R7累計報告数は増減します。

3 病原体検査情報

県保健環境科学研究所で病原体検査を実施した結果を記載しています。

季節性インフルエンザではどのウイルスタイプが主流かといった傾向を示しています。

インフルエンザウイルス検出状況(PCR検査結果) 2024/25シーズン(R6.9/2~)の累計

	A型			B型
	季節性 H1 pdm(AH1 pdm09)	H1(ソ連型)	H3(香港型)	
(今シーズン累計)	0件	0件	0件	0件
(昨シーズン累計)	3件	0件	1件	0件

呼吸器疾患病原体検出状況 第1週(R6.12/30~)からの累計

ライノウイルス	RSウイルス	パラインフルエンザウイルス	ヒメタニューモウイルス	コロナウイルス	エンテロウイルス
0件 (11件)	0件 (0件)	0件 (6件)	0件 (0件)	0件 (0件)	0件 (0件)
アデノウイルス	その他				
0件 (0件)	0件 (0件)				

(かっこ内は昨シーズン累計)

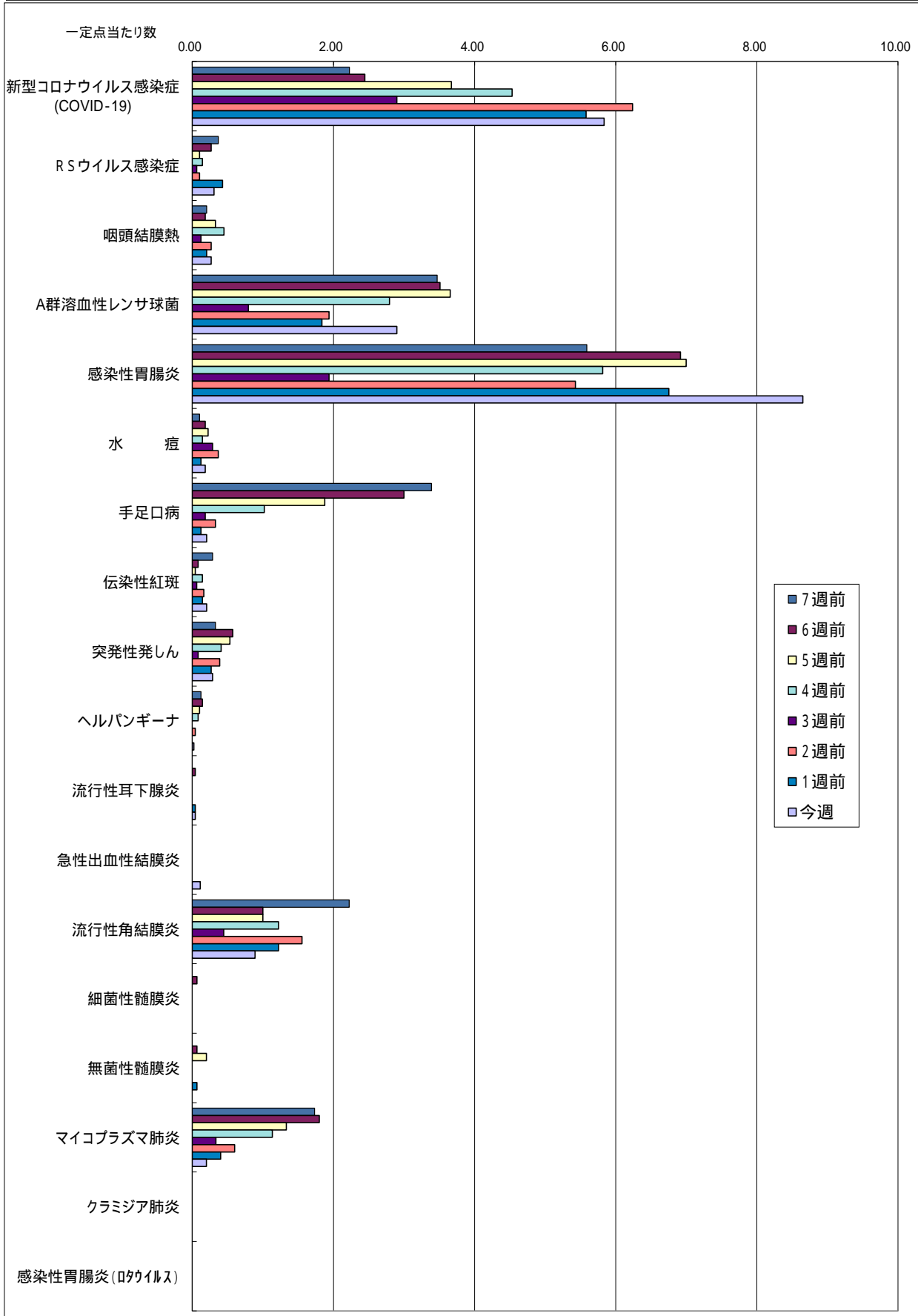
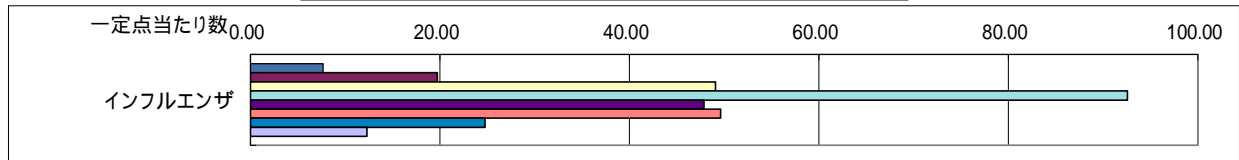
感染性胃腸炎病原体検出状況 第1週(R6.12/30~)からの累計

ノロウイルス	サボウイルス	ロタウイルス	アストロウイルス	アデノウイルス	その他
0件 (1件)	0件 (0件)	0件 (0件)	0件 (0件)	0件 (0件)	0件 (0件)

(かっこ内は昨シーズン累計)

【週報に関するお問い合わせ先】  
健康危機管理課 感染症対策班 直通電話：096-333-2240 (内33154、33141)

一定点当たり週別発生状況の推移



保健所別発生状況 (インフルエンザ / COVID-19・小児科・眼科・基幹定点)

保健所名	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	RSウイルス感染症	咽頭結膜熱	A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	感染性胃腸炎	水痘	手足口病	伝染性紅斑	突発性発しん	ヘルパンギーナ	流行性耳下腺炎	急性出血性結膜炎	流行性角結膜炎	細菌性髄膜炎	無菌性髄膜炎	マイコプラズマ肺炎	クラミア肺炎	感染性胃腸炎 (ロタウイルス)
1 熊本市保健所	263	112	4	6	55	107	6	3	9	3	0	1	0	7	0	0	2	0	0
2 山鹿保健所	6	6	0	0	1	7	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
3 菊池保健所	166	38	4	2	27	100	1	5	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0
4 阿蘇保健所	12	14	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5 御船保健所	32	18	0	0	9	21	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6 八代保健所	89	46	5	0	15	23	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7 水俣保健所	20	31	0	1	7	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8 人吉保健所	90	20	1	0	4	14	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9 有明保健所	147	88	1	2	6	76	0	1	0	5	0	1	1	1	0	0	0	0	0
10 宇城保健所	92	41	0	1	16	57	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11 天草保健所	53	47	0	1	2	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
計	970	461	15	13	142	424	9	10	10	14	1	2	1	8	0	0	3	0	0

保健所別一定点当り患者報告数 (インフルエンザ / COVID-19・小児科・眼科・基幹定点)

保健所名	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	RSウイルス感染症	咽頭結膜熱	A群溶連菌咽頭炎	感染性胃腸炎	水痘	手足口病	伝染性紅斑	突発性発しん	ヘルパンギーナ	流行性耳下腺炎	急性出血性結膜炎	流行性角結膜炎	細菌性髄膜炎	無菌性髄膜炎	マイコプラズマ肺炎	クラミア肺炎	感染性胃腸炎 (ロタウイルス)
1 熊本市保健所	10.52	4.48	0.25	0.38	3.44	6.69	0.38	0.19	0.56	0.19	0.00	0.06	0.00	1.40	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00
2 山鹿保健所	3.00	3.00	0.00	0.00	1.00	7.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00
3 菊池保健所	20.75	4.75	0.80	0.40	5.40	20.00	0.20	1.00	0.00	0.40	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4 阿蘇保健所	4.00	4.67	0.00	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
5 御船保健所	6.40	3.60	0.00	0.00	3.00	7.00	0.00	0.00	0.33	0.33	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6 八代保健所	12.71	6.57	1.25	0.00	3.75	5.75	0.00	0.00	0.00	0.25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
7 水俣保健所	6.67	10.33	0.00	0.50	3.50	3.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
8 人吉保健所	18.00	4.00	0.33	0.00	1.33	4.67	0.33	0.00	0.00	0.67	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
9 有明保健所	18.38	11.00	0.20	0.40	1.20	15.20	0.00	0.20	0.00	1.00	0.00	0.20	1.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
10 宇城保健所	15.33	6.83	0.00	0.25	4.00	14.25	0.00	0.25	0.00	0.00	0.00	0.00	-	-	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
11 天草保健所	7.57	6.71	0.00	0.25	0.50	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
平均	12.28	5.84	0.31	0.27	2.90	8.65	0.18	0.20	0.20	0.29	0.02	0.04	0.11	0.89	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00

## 年齢別発生状況(インフルエンザ / COVID-19・小児科・眼科・基幹定点)

令和7年第4週

インフルエンザ / COVID-19 定点 年齢区分	合計	0-5 ヵ月	6-11 ヵ月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70-79 歳	80歳 以上
インフルエンザ	970	5	10	57	60	49	54	43	50	50	39	46	180	39	32	53	60	53	33	26	31
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	461	3	11	11	7	8	12	6	7	14	6	9	31	22	41	45	45	40	45	46	52

小児科定点年齢区分	合計	0-5 ヵ月	6-11 ヵ月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10-14 歳	15-19 歳	20歳 以上
RSウイルス感染症	15	3	3	4	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
咽頭結膜熱	13	0	1	9	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
A群溶連菌咽頭炎	142	1	1	3	9	17	21	19	18	15	12	8	16	0	2
感染性胃腸炎	424	5	18	70	47	40	29	30	29	21	15	21	36	13	50
水痘	9	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	3	0	0
手足口病	10	0	0	5	0	3	0	0	1	1	0	0	0	0	0
伝染性紅斑	10	0	0	0	1	3	2	1	2	0	1	0	0	0	0
突発性発疹	14	1	3	9	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
ヘルパンギーナ	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
流行性耳下腺炎	2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0

眼科定点年齢区分	合計	0-5 ヵ月	6-11 ヵ月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70歳 以上
急性出血性結膜炎	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
流行性角結膜炎	8	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	2	0	1	1

基幹定点年齢区分	合計	0歳	1-4歳	5-9歳	10-14 歳	15-19 歳	20-24 歳	25-29 歳	30-34 歳	35-39 歳	40-44 歳	45-49 歳	50-54 歳	55-59 歳	60-64 歳	65-69 歳	70歳 以上
細菌性髄膜炎	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	3	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

熊本県感染症情報 (第4週: 1/20 ~ 1/26)

【子宮頸がんワクチンの接種機会を逃した方へ】

子宮頸がんワクチンのキャッチアップ接種は、令和7年3月末までに接種を開始しましょう。

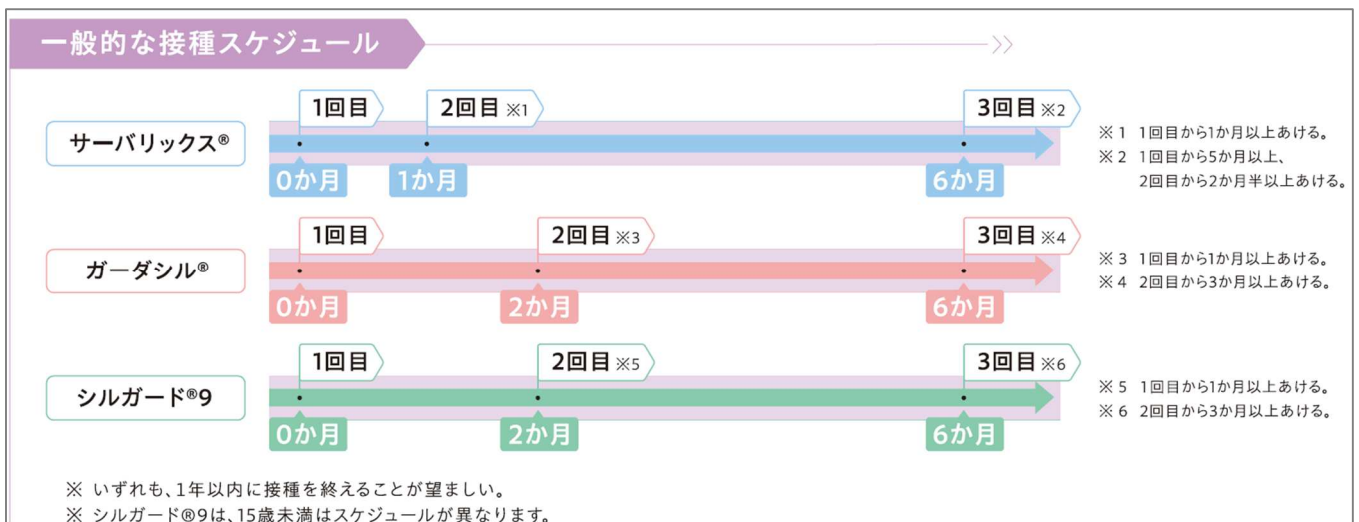
- 子宮頸がんワクチンは、接種後の副反応の影響により、平成25年～令和3年まで積極的な接種勧奨が差し控えられていました。この間、定期接種の対象年齢であった小学校6年生～高校1年生相当だった女性の中には、ワクチン接種の機会を逃した方がいらっしゃいます。
- 現在、国において安全性について特段の懸念が認められないことが確認され、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められており、令和4年4月からは、積極的な接種勧奨が再開されています。
- これに伴い、ワクチンの接種機会を逃した方に、公平な接種機会を確保する観点から **平成9年度～平成19年度生まれの女性を対象に「キャッチアップ接種」として、改めて公費（無料）で接種できる機会が提供**されています。  
キャッチアップ接種は、令和7年3月で終了予定でしたが、今夏以降の大幅な需要増により、子宮頸がんワクチンの接種を希望しても受けられなかった方がいらっしゃいました。このような状況等を踏まえ、令和7年3月末までに接種を開始した方が全3回の接種を公費で完了できるようにする方針について、国の審議会で承認されました。  
**接種を希望する方は、令和7年3月末までに接種を開始**することを御検討ください。

【対象者】

- ・キャッチアップ接種対象者(平成9年度～平成19年度生まれの女性)のうち、令和4年4月1日～令和7年3月31日に HPV ワクチンを1回以上接種した方
- ・平成20年度生まれの女子で、令和4年4月1日～令和7年3月31日に HPV ワクチンを1回以上接種した方

【期間】

- ・キャッチアップ接種期間(令和7年3月31日まで) 終了後1年間



## インフルエンザ様疾患による学級閉鎖等について(第4週:1/20~1/26)

令和7年(2025年)1月30日(木)  
熊本県 健康危機管理課

### 1 学級閉鎖について

No	所在地	施設名	措置種別	学年	措置した学級数 /学年の総組数	休校	学年閉鎖	学級閉鎖	在籍数	患者数	欠席数	措置の期間			備考
1	山江村	山田小学校	学年	5		0	1	0	28	15	15	1月21日	~	1月22日	
2	南関町	南関第一小学校	学年	1		0	1	0	29	15	8	1月24日	~	1月24日	
3	玉名市	高道小学校	学年	3		0	1	0	34	11	11	1月20日	~	1月21日	
4	水俣市	袋中学校	学年	1		0	1	0	25	10	10	1月21日	~	1月22日	
5	玉名市	滑石小学校	学年	4		0	1	0	20	10	10	1月21日	~	1月22日	
6	熊本市	碩台小学校	学年	1		0	1	0	22	10	10	1月25日	~	1月28日	
7	天草市	牛深東小学校	学年	5		0	1	0	21	8	7	1月21日	~	1月24日	
8	八代市	金剛小学校弥次分校	学年	2		0	1	0	28	8	8	1月22日	~	1月24日	
9	合志市	合志中学校	学級	1	1/10	0	0	1	38	18	18	1月21日	~	1月21日	1-1
10	熊本市	砂取小学校	学級	2	2/3	0	0	2	54	18	18	1月21日	~	1月24日	2-1、2-2
11	熊本市	日吉東小学校	学級	1	1/3	0	0	1	25	16	15	1月21日	~	1月25日	1-3
12	熊本市	二岡中学校	学級	1	1/6	0	0	1	31	16	16	1月21日	~	1月24日	1-3
13	山江村	山田小学校	学級	1	1/3	0	0	1	25	13	13	1月21日	~	1月23日	1-1
14	熊本市	杉上小学	学級	6	1/2	0	0	1	32	12	12	1月22日	~	1月25日	6-1
15	山鹿市	鹿本高校	学級	1	1/5	0	0	1	32	11	11	1月21日	~	1月24日	1-2
16	山鹿市	鹿本小学校	学級	3	1/3	0	0	1	34	11	9	1月21日	~	1月23日	3-2
17	山鹿市	鹿本農業高校	学級	2		0	0	1	129	10	3	1月20日	~	1月20日	2-生活デザイン科
18	八代市	八代清流高校	学級	2	1/4	0	0	1	37	10	8	1月20日	~	1月21日	2-4
19	八代市	第二中学校	学級	1	1/7	0	0	1	30	10	10	1月21日	~	1月22日	1-2
20	熊本市	長嶺中学校	学級	2	1/11	0	0	1	37	10	9	1月22日	~	1月23日	2-5
21	熊本市	託麻南小学校	学級	1	1/5	0	0	1	31	10	10	1月21日	~	1月23日	1-2
22	熊本市	飽田南小学校	学級	5	1/2	0	0	1	19	10	9	1月21日	~	1月22日	5-2
23	荒尾市	荒尾第三中学校	学級	1	1/9	0	0	1	36	9	9	1月21日	~	1月22日	1-4
24	熊本市	帯山小学校	学級	3	1/4	0	0	1	28	7	7	1月24日	~	1月27日	2-1
25	熊本市	東町小学校	学級	3	1/5	0	0	1	29	7	7	1月21日	~	1月24日	3-2

26	天草市	新和小学校	学級	4	1/2	0	0	1	12	6	5	1月24日	~	1月24日	4-1
						0	8	19	866	291	268				



## 2 学校の休業等に係るインフルエンザ様疾患の発生状況（2024～2025シーズン）

期間	9月 (9/2～9/29)	10月 (9/30～10/3)	11月 (11/4～12/1)	12月 (12/2～12/29)	第1週 (12/30～1/5)	第2週 (1/6～1/12)	第3週 (1/13～1/19)	第4週 (1/20～1/26)	合計	
合計（人数）	0	124	98	2,621	0	0	244	291	3,378	
保健所別	熊本市	0	73	47	787	0	0	58	116	1,081
	有明	0	0	0	477	0	0	41	45	563
	山鹿	0	0	0	427	0	0	0	32	459
	菊池	0	0	23	283	0	0	10	18	334
	御船	0	27	12	16	0	0	0	0	55
	阿蘇	0	0	0	112	0	0	0	0	112
	宇城	0	0	0	69	0	0	22	0	91
	八代	0	0	16	229	0	0	0	28	273
	水俣	0	0	0	29	0	0	86	10	125
	人吉	0	0	0	46	0	0	27	28	101
天草	0	15	0	146	0	0	0	14	175	
昨年同期	2,217	1,544	5,478	5,432	0	15	615	1,081	16,382	

学校等からの届出があった日でカウントしています。

県内のインフルエンザの発生状況は、県のホームページに掲載しております（毎週更新）。

本書の情報はあくまで速報値です。

インフルエンザの予防方法は

- ・咳エチケットを守りましょう。
- ・できる限り人混みを避けましょう。
- ・こまめに石けんを使用して丁寧に手洗いをしましょう。
- ・十分な栄養、休養、睡眠を心がけましょう。



「せき」や「くしゃみ」で出るしぶきで、ウイルスが広がります。

- ・「せき」や「くしゃみ」が出るときは、マスクを着用しましょう。
- ・マスクをしていない場合は、「せき」や「くしゃみ」をする際は、ティッシュなどで口や鼻を押さえ、顔をそむけましょう。
- ・使用後のティッシュや使い捨てマスクは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。