

あなた自身と大切な人たちを
新型インフルエンザから守るために

今から実践!

新型インフルエンザ対策

市民・事業者のための
横浜市新型インフルエンザ等対策行動計画

横浜市では、新型インフルエンザ等対策行動計画を策定し、発生に備えて対策を進めていますが、感染拡大や市民のみなさんの日常生活への影響を少なくするためには、市民のみなさん、事業者、横浜市、医療機関などがそれぞれの役割を担いながら行動をしていく必要があります。このパンフレットでは、準備から発生時の対応までの流れを盛り込んでいます。

ご覧いただき、今から発生に備えて準備を進めていきましょう。



POINT
1

正しい情報・
知識の収集

発生時の情報
発症時の対処法



POINT
2

日ごろからの
感染対策

咳エチケット

POINT
3

発生時に
不要不急の外出を
控えるための備え

食料備蓄



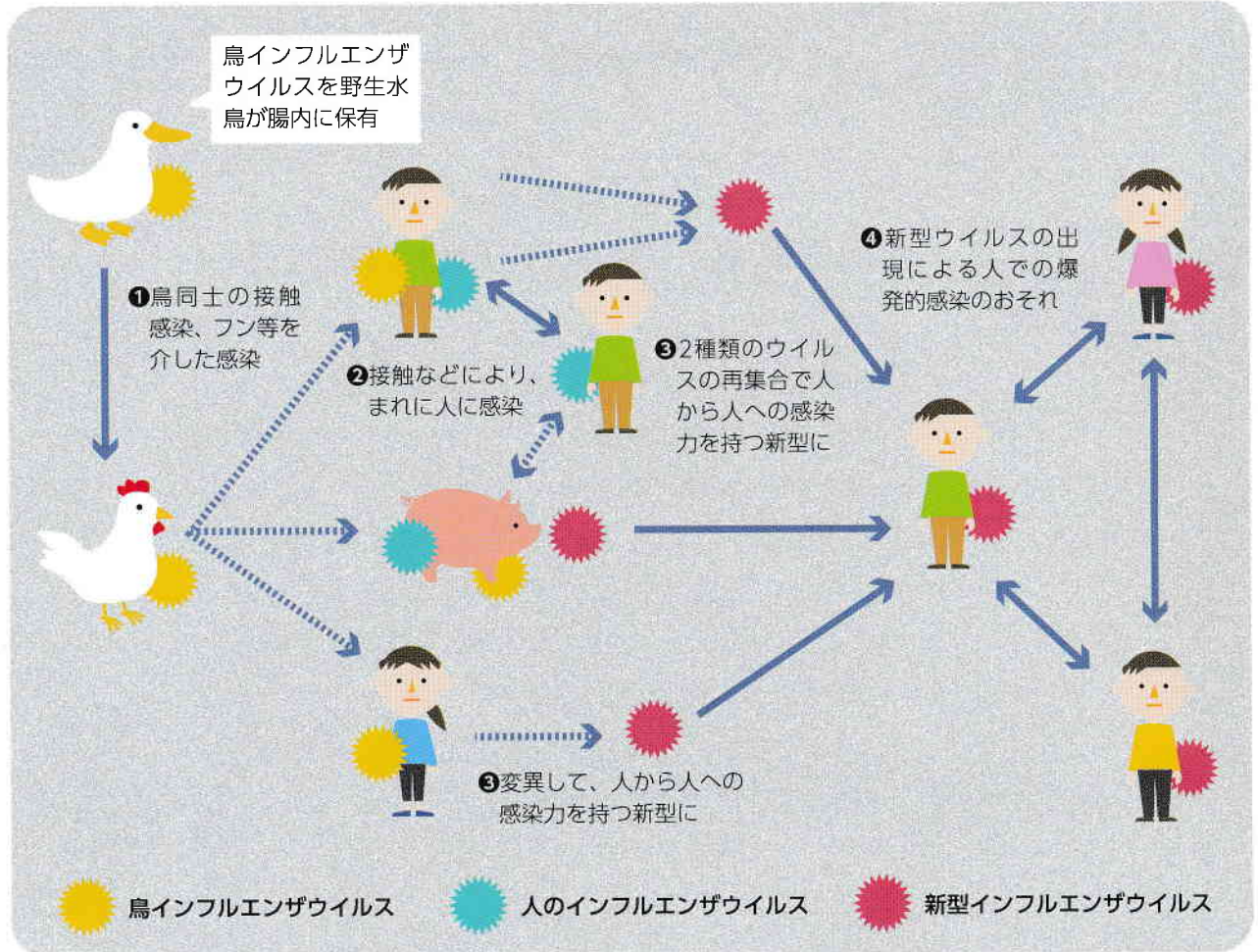
具体的な対策はこのパンフレットの中をご覧ください



1 新型インフルエンザとは?

新型インフルエンザは、鳥などの動物に感染するインフルエンザウイルスが、人にも感染するようになり、さらに、人から人へと感染しやすく変化して発生すると考えられています。

ほとんどの人が新型インフルエンザに対する免疫(抵抗力)を持っていないため、ひとたび発生すると、短い期間のうちに世界中で大流行し(パンデミック)、多くの人が感染すると考えられています。



出典：内閣官房新型インフルエンザ等対策室
「新型インフルエンザ等対策について～新型インフルエンザ等の発生に対する危機管理～」

新型インフルエンザと季節性インフルエンザとの違い

項目	新型インフルエンザ	季節性インフルエンザ
発病	急激	急激
症状(典型例)	未確定(発生後に確定)	38℃以上の発熱 咳、くしゃみ等の呼吸器症状 頭痛、関節痛、全身倦怠感等
潜伏期間	未確定(発生後に確定)	2～5日
人への感染性	強い	あり(風邪より強い)
発生状況	大流行性/パンデミック	流行性

2 発生した場合の被害予想は?

重症化しやすい新型インフルエンザが流行した場合、横浜市では、最大、入院患者が約 61,000 人、死者が約 19,000 人発生することを想定しています。また、働いている人について見てみると、国民の 25% が流行期間(約 8 週間)に感染・発症した場合、ピーク時(約 2 週間)には従業員の最大 40% 程度が欠勤するケースが想定されます。

社会に与える影響は、学校・事業所の閉鎖から公共交通機関の停止、食品流通などの基本的なサービスまで及ぶおそれがあります。

※なお、2009 年の新型インフルエンザにおける死亡数は、日本全体で 203 人でした。病原性の強弱や医療体制、ワクチン、抗インフルエンザ薬の状況等により、被害の程度が大きく異なってくると考えられます。

3 被害を最小限にするために…

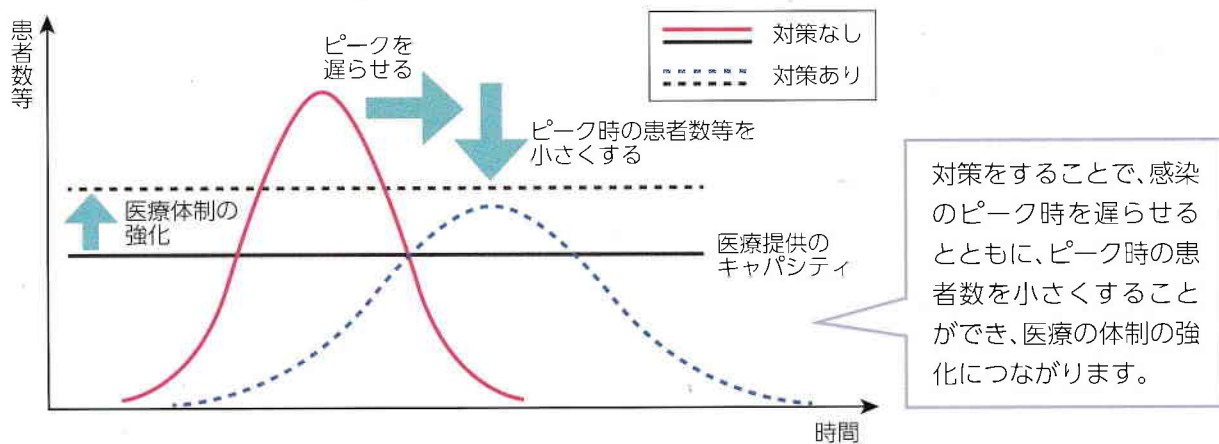
新型インフルエンザ等対策特別措置法では、新型インフルエンザ等発生時の国や地方公共団体の対策について定めています。これを受けて、横浜市でも、右の目的のもと、新型インフルエンザ等対策行動計画を策定しています。

目的

- 感染拡大を可能な限り抑制し、市民の生命及び健康を保護すること。
- 市民生活及び市民経済に及ぼす影響が最小となるようにすること。

行動計画に従って、事前の準備や発生時の対応を市民・事業者の皆様とともに行っていきます。

◆新型インフルエンザ等の対策をした場合としなかった場合の発生ピークの違い



横浜市
新型インフルエンザ等
対策行動計画が
対象とする感染症

① 新型インフルエンザ

新たに人から人に感染する能力を有することとなったウイルスを病原体とするインフルエンザ

② 再興型インフルエンザ

かつて世界的規模で流行したインフルエンザであって、その後流行せず長期間経過し、多くの人が免疫を持っていないインフルエンザ

③ 新感染症

人から人に感染すると認められる疾病であって、これまでに知られている感染症と症状等が明らかに異なり、その感染力及びり患した場合の危険性が極めて高い感染症

※行動計画では①～③をまとめて、「新型インフルエンザ等」としています。

横浜市新型インフルエンザ等対策行動計画

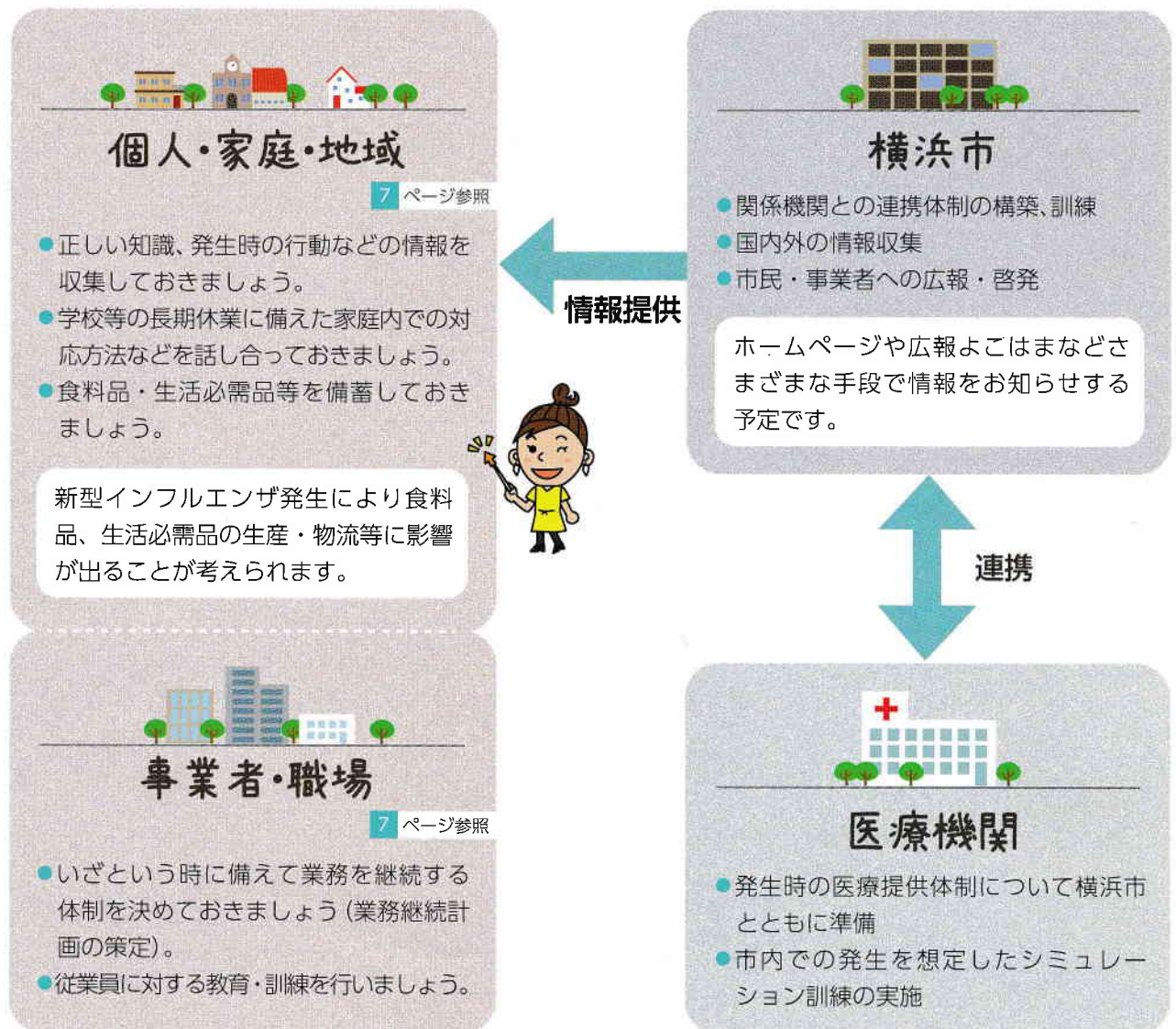
横浜市新型インフルエンザ等対策行動計画では、新型インフルエンザ等の状況により6つの発生段階に分類し、対策を定めています。

市行動計画の発生段階		市内の状態など
I	未発生期	新型インフルエンザ等が発生していない段階
II	海外発生期	海外で新型インフルエンザ等が発生した段階
III	市内未発生期	国内で新型インフルエンザ等の患者が発生しているが、市内での発生がない段階
IV	市内発生早期	市内で新型インフルエンザ等の患者が発生しているが、全ての患者の接触歴が調査で追える段階
V	市内感染期	市内で新型インフルエンザ等の患者の接触歴が調査で追えなくなった段階（感染拡大～まん延～患者の減少）
VI	小康期	新型インフルエンザ等の患者の発生が減少し、低い水準でとどまっている段階

※なお、国内での初めての患者が市内で発生した場合など、早い段階で市内発生早期となる可能性もあります。

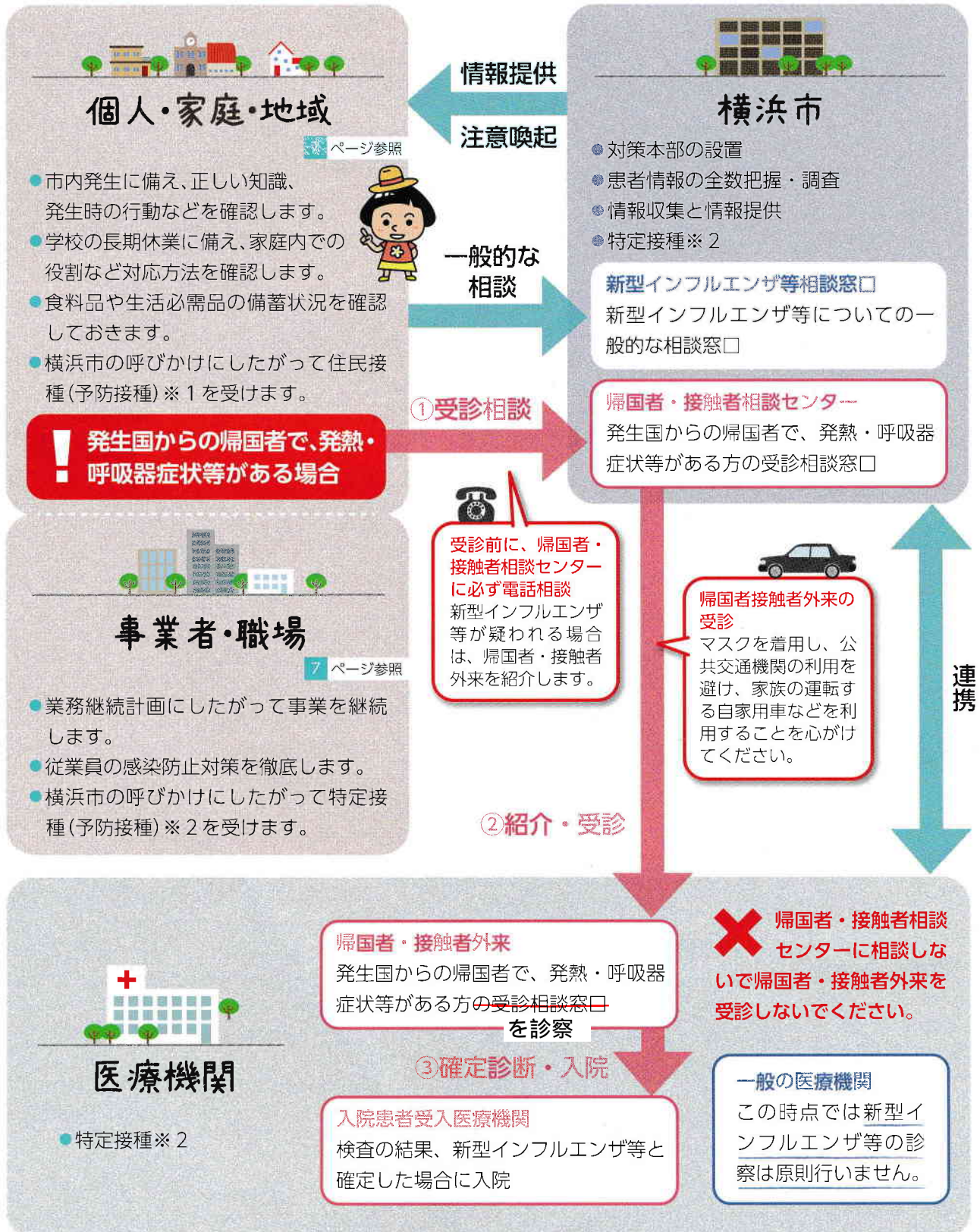
1 未発生期（I）

まだ、国内や海外で新型インフルエンザ等が発生していない段階。この段階から、発生に備えて様々な観点から準備を行っています。



2 海外発生期～市内発生早期(Ⅱ～Ⅳ)

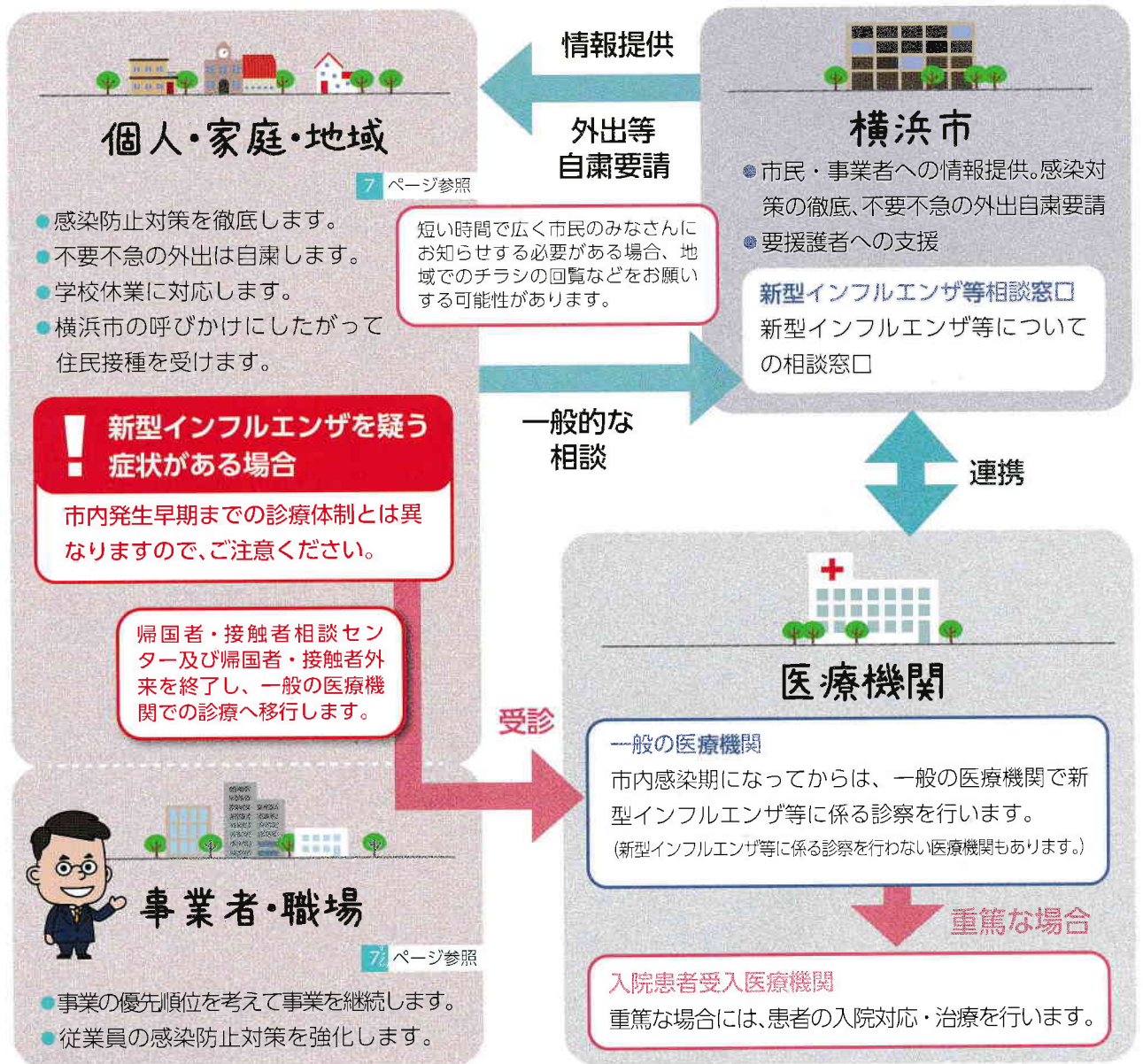
新型インフルエンザ等が海外で発生した段階から、相談窓口、帰国者・接触者相談センター、帰国者・接触者外来を設置して、国内・市内発生に備えます。



※1 住民接種 住民に対する予防接種。ワクチン及び接種体制が整い次第、国が定める優先順位に従い順次予防接種を行っていきます。
 ※2 特定接種 医療の提供や国民生活・経済の安定のためにあらかじめ指定された業務を行う事業者、新型インフルエンザ等の業務に携わる公務員への予防接種。

3 市内感染期 (V)

市内に感染が広がる前までに医療体制の切替えの準備を進め、市内で感染が広がった場合には、診療を一般の医療機関で行うよう切り替えます。また、不要不急の外出の自粛要請など、市民の健康や医療・社会・経済機能などへの影響を最小限に抑えるための対策をさらに強化して実施していきます。



緊急事態宣言時の対応

新型インフルエンザ等対策特別措置法（特措法）に基づき、国が緊急事態宣言（※）をした場合、横浜市は神奈川県とともに右の対応を行います。

- 不要不急の外出自粛・学校等の施設の使用制限の要請など
- 住民接種（特措法に基づくもの）
- 必要に応じて、臨時の医療施設開設
- 水の安定供給
- 生活関連物資等の価格の安定要請など

※緊急措置をしなければ、医療の限界を超えて、国民の生命・健康を保護できず、社会混乱を招くおそれが生じる事態であることを国民に示すもの

4 小康期 (VI)

市民生活及び市民経済の回復を図るとともに、流行の第二波に備えます。

- 対策本部の廃止
- 発生前の通常の医療体制へ
- 新型インフルエンザ等相談窓口の縮小・終了
- 第二波に備えた準備

個人・家庭・地域



風評などに
惑わされないように、
正しい情報を
入手しましょう。

- 政府、横浜市、他の自治体が発表する最新の正確な情報入手する。



- 情報源をきちんと確認する。
- 様々な情報や風評などで偏見を持ちたり、パニックを起こさないようにする。



日ごろから
感染防止対策を
心がけましょう

- 十分な栄養と睡眠をとり、体力や抵抗力を高める。



咳エチケット（咳が出るときに周りの人に感染させないためのマナー）を心がける。

- 咳やくしゃみをするときは鼻と口をティッシュなどで覆う。



- 使用したティッシュはすぐにフタ付のゴミ箱に捨て、手を洗う。



- 症状のある人はマスクを正しく着用する。



- 外から帰ったときには流水で手を洗い、うがいをする。

流行時の
注意事項を
理解して
おきましょう



- 学校等の長期休業に備えた、家庭内での役割分担・対応方法などを事前に検討しておく。

感染した人が増えて医療機関が満床になった場合、軽症のうちは自宅で療養することになるため、家庭でも看護時の注意を確認しておく。



(例)

- ・ 患者さん専用の部屋を用意し、定期的に換気する。
- ・ 患者さんも家族もマスクを着用する。
- ・ 患者さんの世話をした後は、よく手を洗う。
- ・ 患者さんが触れた場所は消毒用アルコールで消毒する。



- 不要不急の外出を控え、感染の機会を減らす。そのために、食料や日用品、水などを備蓄しておく。

海外発生期～市内発生早期

発症した場合の
正しい対処法を
身につけて
おきましょう

- 発症国からの帰国者で、38℃以上の発熱・呼吸器症状等が認められる場合、まず、帰国者・接触者相談センターに電話連絡して、指示を受ける。



市内感染期

- 市内感染期には一般の医療機関での診療となる。軽症での救急車の利用は控える。



事業者・職場

- 事業所における感染拡大の防止のため、業務継続計画を定めて、在宅勤務への切替えや事業の縮小などの対応策を準備しておく。



(例)

- ・ ラッシュ時の通勤をさける
- ・ 対面での会議をさける
- ・ 十分な換気
- ・ 体調不良者への対応



新型インフルエンザ等 対策における 必要な備蓄物品リスト

新型インフルエンザのピークは2週間程度とされています。ピーク時に極力外出をしないですむように、食料品・日用品・衣料品などを備蓄しておきましょう。災害時にも役立つものもありますので、災害時と合わせて備蓄しておくとういでしょう。この一覧は一例です。それぞれのライフスタイルに合わせて備蓄しておきましょう。

参考ホームページ

横浜市保健所

新型インフルエンザについて

<http://www.city.yokohama.lg.jp/kenko/hokenjo/genre/kansensyo/influenza.html>

厚生労働省

インフルエンザ（総合ページ）

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekka-ku-kansenshou/infuleenza/

内閣官房

新型インフルエンザ等対策

<http://www.cas.go.jp/jp/influenza/>

個人での備蓄物品の例

- 長期保存が可能な食料品
(米、乾めん類、乾パン、缶詰等)
- 水
- 育児用調製粉乳
- マスク（不織布製マスク）
- 体温計
- ゴム手袋（破れにくいもの）
- 水枕・氷枕（頭やわきの下の冷却用）
- 漂白剤（次亜塩素酸を含み消毒効果があるもの）
- 消毒用アルコール（アルコールが70%程度含まれているもの）
- 常備薬（胃腸薬、痛み止め、その他持病の処方薬）・ばんそうこう
- ガーゼ・コットン
- トイレtpーパー・ティッシュペーパー・ペーパータオル・保湿ティッシュ
- 洗剤・石鹸（せっけん）・シャンプー・リンス
- 生理用品（女性用）・紙おむつ
- ビニール袋（汚染されたごみの密封等に利用）
- カセットコンロ・コンロ用のガス
- 懐中電灯・乾電池



メモ

TEL: (市)
 ■横浜市新型インフルエンザ等相談窓口

TEL: (区)

TEL:
 ■横浜市帰国者・接触者相談センター

※発生後に新型インフルエンザ等相談窓口、帰国者・接触者相談センターを設置し、横浜市ホームページ・広報よこはま等で電話番号等をお知らせします。

横浜市健康福祉局健康安全課

横浜市中区港町1-1 TEL: 045-671-2445 FAX: 045-664-7296

平成26年11月発行