

このメールは大田区の配信情報提供サービスに登録されている方に送信しています。

大田区保健所メール 3月号 令和8年2月27日

【目次】

- 1 感染症情報
- 2 食中毒発生状況
- 3 特集
女性の健康づくり

1 感染症情報

◆感染症の最新情報はこちらから◆

↓↓↓

○大田区「感染症週報」

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/syuuhou.html

◆◆◆感染症流行状況について◆◆◆

インフルエンザは一時減少傾向でしたが、第2週（1月5日から1月11日）5.52から第6週（2月2日から2月8日）28.76と増加傾向で、都内では第5週から警報基準を超えています。感染性胃腸炎も第2週8.92から第6週16.31と増加しています。新型コロナウイルス感染症は第2週から第6週まで0.81から1.52と徐々に増加しています。水痘は1年前の同時期より発生数が多くなっていますが、第6週0.31と直近は落ち着いています。

※定点の数値は参考値となりますので引き続き感染拡大に注意が必要です。

【感染性胃腸炎（ノロウイルス）】

ノロウイルスは、感染性胃腸炎の原因の一つです。感染性胃腸炎の中でも、特にノロウイルスは感染力が強く少量でも感染するため、学校や社会福祉施設など集団生活の場で大規模な流行となることもあります。

■予防策①適切な手洗い

特に排便後、また調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。

■予防策②適切な嘔吐処理

便や嘔吐物を処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、処理後は石けんと流水で30秒以上手を洗いましょう。

○みんなで防ぐ！感染性胃腸炎（東京都健康安全研究センター）

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/noro.files/kansen_hitokuchi.pdf

■予防策③おむつ交換時の清潔操作

保育施設等集団生活をする施設では、おむつ交換の際の感染対策も重要です。おむつ交換手順マニュアルを参考にし、感染対策をしましょう。（成人の場合もエプロン・手袋の着脱や手指衛生のタイミングなど基本的な手順は同じです。）

○おむつ交換手順マニュアル（令和6年2月改定）

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/noro.files/omutsukoukanmanyuaru.pdf

■予防策④十分な加熱調理

カキなどの二枚貝を調理するときは、中心部まで十分に加熱しましょう。（中心温度85度1分以上の加熱が必要です）

◆◆◆麻疹（はしか）について◆◆◆

都内では第4週（1月19日から1月25日）より麻しんの患者報告が続いています。

麻疹は麻しんウイルスを原因とする感染症です。空気感染が主たる感染経路ですが、その他に、患者の咳やくしゃみに含まれるウイルスを吸い込むことによる「飛沫感染」、ウイルスが付着した手で口や鼻に触れることによる「接触感染」もあります。感染力はきわめて強く、免疫を持っていない人が感染すると90パーセント以上が発症します。

■主な症状

典型的には、10日から12日間の潜伏期間の後、38度程度の発熱や風邪症状が2日から4日続き、その後39度以上の高熱とともに発疹が出現します。主な症状は、発熱や発疹の他に、咳、鼻水、目の充血などです。

■予防にはワクチンが有効です

麻しんは予防接種で防げる病気です。定期予防接種の対象となる方は早めに予防接種を受けましょう。定期予防接種は1期、2期の期間を対象としています。

1期：生後12か月以上生後24か月未満

2期：5歳から7歳未満で小学校就学前1年間

定期予防接種と、やむを得ない事情により、MR（麻しん風しん）の定期予防接種を受けることができなかった方を対象にした大田区独自の事業については、下記リンクからご確認ください。

定期予防接種の対象外の方も、全額自己負担ですが接種を受けることができます。任意接種については医療機関にご相談下さい。

○MR 定期予防接種について（大田区保健所）

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/yobou_sessyu/kodomo/H24MRRoshirase.html

○麻しん（はしか）風しんの接種漏れがある方の予防接種

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/yobou_sessyu/kodomo/measles.html

2 食中毒発生状況

■大田区の食中毒発生状況

令和8年1月に食中毒は発生していません。

■東京都の食中毒発生状況

令和8年1月に、5件（患者91名）の食中毒が発生しました（令和8年1月31日現在）。食中毒の病因物質はノロウイルス4件（患者90名）、アニサキス1件（患者1人）でした。原因施設はノロウイルスが4件とも飲食店（一般）、アニサキスが魚介類販売業でした。

ノロウイルスによる食中毒は冬場に流行する傾向にありますが、春先まで続くこともあり暖かくなってからも油断は禁物です。ノロウイルスの特徴を正しく理解し、感染性胃腸炎や食中毒の発生を未然に防ぎましょう。

○東京都「都内の食中毒発生状況（速報値）」

https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/tyuudoku/r8_sokuhou.html

○厚生労働省「ノロウイルスに関するQ&A」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/kanren/yobou/040204-1.html

○東京都「食品衛生の窓 | ノロウイルス」

<https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/micro/noro.html>

3 【特集】女性の健康づくり

■3月1日から8日は「女性の健康週間」です

女性の身体は、女性ホルモンの影響でライフステージ（思春期・成熟期・更年期・高齢期）ごとに大きく変化していきます。いつまでも健康で明るく充実した日々を過ごすためには、正しい知識を身に着け、上手にセルフケアをしていくことが大切です。

また、若い頃から女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合う「プレコンセプションケア」も女性の健康にとって重要です。

◎女性ホルモンの働き

自律神経のバランスを保つ

血管をしなやかに保つ

骨にカルシウムを蓄える

コレステロールを下げる

食欲を抑制する

→女性ホルモンが減少すると、これらの働きが弱まってしまいます。

特に変化の大きいのが「更年期」（閉経を挟んだ約10年間）で、女性ホルモンの分泌量が急激に減少し、一気に生活習慣病のリスクが高まります。

次号は、3月末に配信予定です。

eisei@city.ota.tokyo.jp 担当 高野 水野