

## 都内のインフルエンザ、再び警報基準を超える

都内のインフルエンザ定点医療機関からの第5週（1月26日～2月1日）の患者報告数が再度警報基準を超えるました。

2025-2026年シーズンは、第45週（11月3日～11月9日）に警報入りし、第2週（1月5日～1月11日）に警報を解除しています。1シーズンに2度、警報基準を超えるのは、1999年に現行の統計開始以来初めてです。

インフルエンザの予防、拡大防止のために、引き続き、こまめな手洗い、手指消毒、咳エチケット等の基本的な感染予防策を一人ひとりが心がけてください。体調管理に十分に気をつけ、感染が疑われる場合には早めに医療機関を受診しましょう。

### インフルエンザ対策のポイント

- こまめな手洗い、手指消毒
- 着用が効果的な場面でのマスク着用
- 休養・栄養・水分補給
- 咳エチケット
- 適度な室内加湿・換気
- 人混みへの外出を控える

### 【インフルエンザの患者発生状況】

- ◆ 第5週（1月26日～2月1日）の定点医療機関からの患者報告数は26,67人です。
- ◆ 保健所別の患者報告数が警報レベルにあるのは31保健所中9保健所で、当該保健所管内人口の割合は東京都全体の37.16%に達し、警報基準を超えてます。
- ◆ 2025年9月1日以降、都内の学校や社会福祉施設等で発生したインフルエンザ様疾患の集団感染事例は、2月1日までに6,522件報告されています。
- ◆ 第5週に定点医療機関98施設から報告があったウイルス型は、約90% (3,165人中2,838人)がB型でした。なお、今シーズンのインフルエンザワクチンは、B型にも有効です。

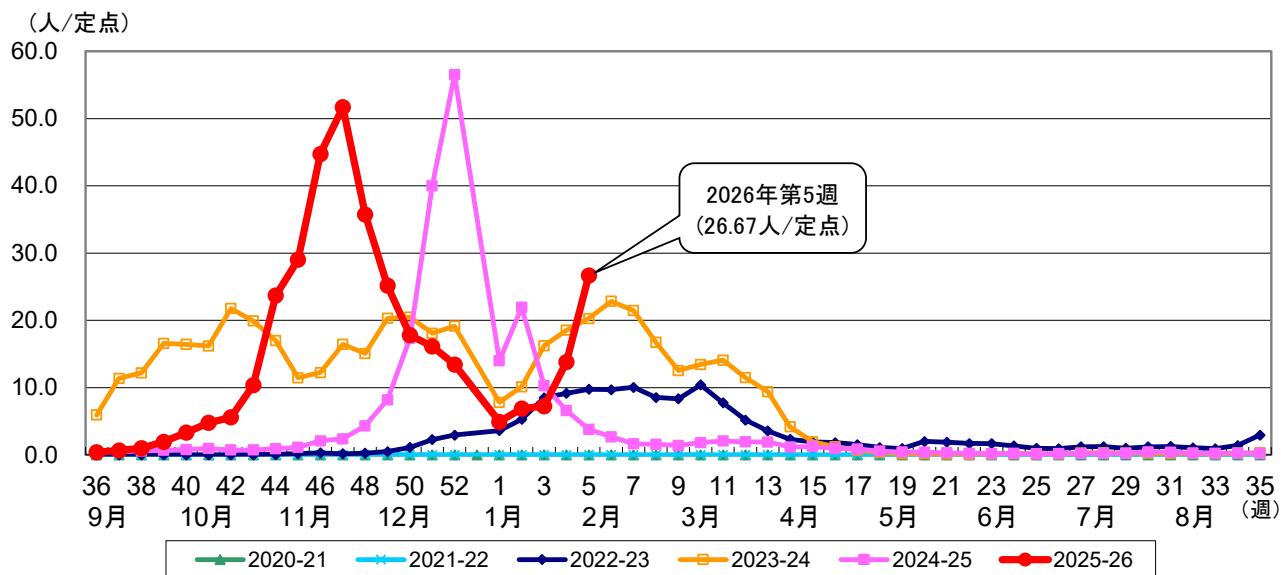
### 【警報基準について】

- ◆ 都内419か所の小児科及び内科定点医療機関から報告されたインフルエンザの患者数が、1定点当たり30.0人／週を超えると警報開始となります。警報は10.0人／週を下回る（警報終息）まで継続し、警報開始から警報終息までの間の状態を「警報レベル」としています。
- ◆ 都においては、「定点医療機関からの患者報告数が、都全体で警報レベル開始基準値を超えた場合」、または「警報レベルにある保健所の管内人口の合計が東京都全体人口の30%を超えた場合」を、都全体の警報（大きな流行が発生または継続しつつあると疑われること）としています。

### 【問合せ先】

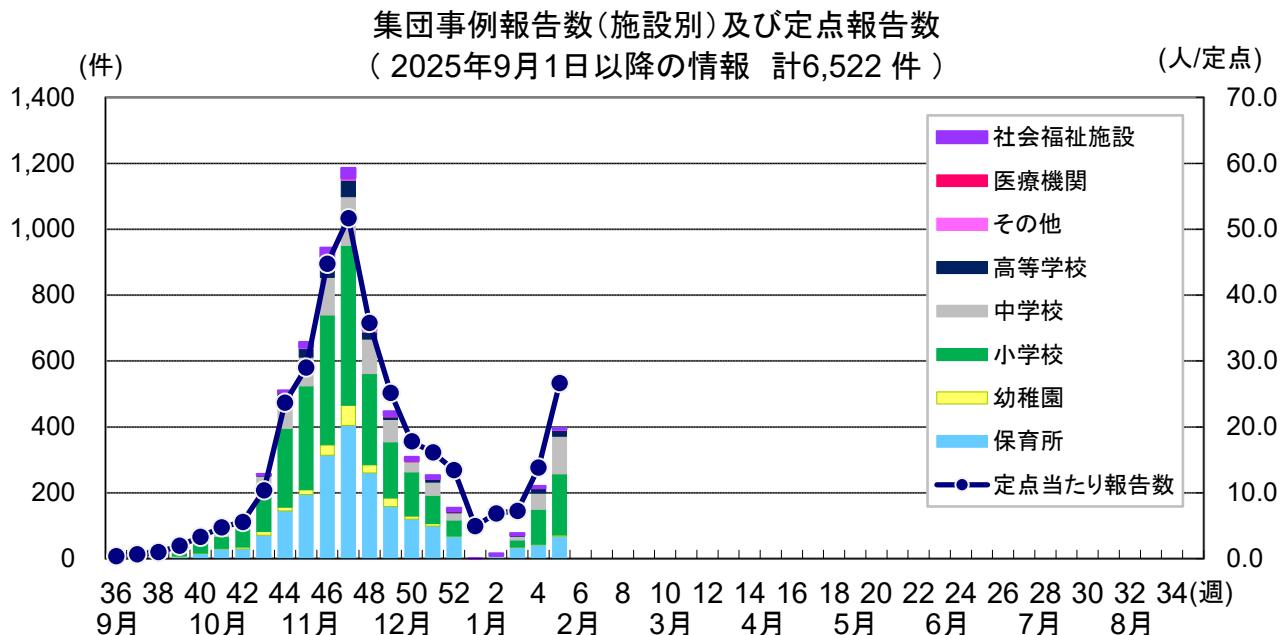
- 感染症に関する東京都の対応等、全般に関すること  
東京都保健医療局感染症対策部防疫課 03-5320-4088
- 感染症患者の報告数（感染症発生動向に関すること）  
東京都健康安全研究センター企画調整部健康危機管理情報課 03-3363-3213

## 都内におけるインフルエンザ患者報告数(インフルエンザ定点報告)過去6シーズン



上記データは、都内のインフルエンザ定点医療機関から報告された患者数を報告機関数で割ったものです。

### 1 インフルエンザ様疾患の集団感染事例の報告数



### 都内学校等におけるインフルエンザ様疾患による臨時休業(学級閉鎖等)報告状況

|  | 保育所 | 幼稚園 | 小学校   | 中学校   | 高等学校 | その他 | 計     |
|--|-----|-----|-------|-------|------|-----|-------|
| 2025-2026年シーズン累計<br>2025年9月1日～2026年2月1日          | 0   | 219 | 2,721 | 1,027 | 247  | 10  | 4,224 |
| 2024-2025年シーズン累計<br>(同時期)<br>2024年9月2日～2025年2月2日 | 0   | 28  | 906   | 329   | 77   | 1   | 1,341 |

※「その他」は専門学校、大学等

## 2 インフルエンザウイルス検出状況（感染症発生動向調査事業）

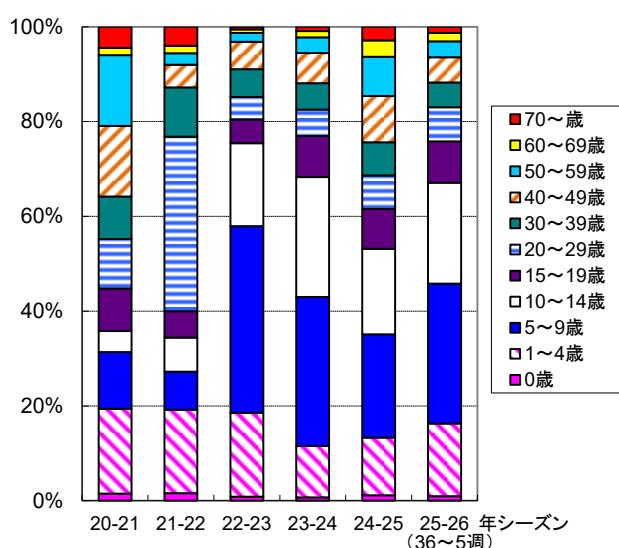
（単位：件）

|                                | A型          |               |               | B型             |                |
|--------------------------------|-------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
|                                | AH1pdm09*   | AH1<br>(Aゾ連型) | AH3<br>(A香港型) | Victoria<br>系統 | Yamagata<br>系統 |
| 2025-2026年シーズン累計<br>2026年第2週まで | 10 (2.3%)   | 0 (0.0%)      | 394 (91.2%)   | 28 (6.5%)      | 0 (0.0%)       |
| 2024-2025年シーズン累計               | 250 (63.9%) | 0 (0.0%)      | 83 (21.2%)    | 58 (14.8%)     | 0 (0.0%)       |

\* AH1pdm09 : 2009 年に新型インフルエンザと呼ばれて流行したウイルス。  
2011 年 4 月 1 日から季節性インフルエンザとして位置づけられている。

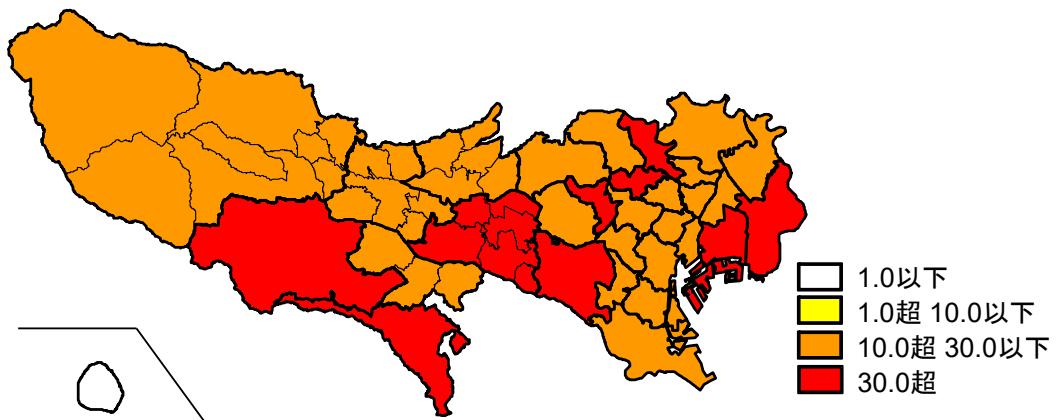
## 3 インフルエンザ患者の年齢層別内訳

定点患者報告 年齢階層別内訳（直近6シーズン）



インフルエンザ定点医療機関から報告された患者の  
年齢階層別内訳（2025-2026 シーズンは第5週分まで）

## 4 インフルエンザ流行分布マップ



定点当たり患者報告数が警報レベルにある保健所は、都内 31 か所中 9 か所で、報告数が高い順に、町田市 (51.31 人)、八王子市 (48.78 人)、中野区 (43.60 人)、江戸川 (33.58 人)、池袋 (33.25 人)、江東区 (33.00 人)、多摩府中 (32.36 人)、北区 (31.55 人)、世田谷 (30.16 人) となっています。

## ＜インフルエンザに関する東京都の主な対策・情報提供＞

### ○ 東京都健康安全研究センターによるインフルエンザに関する情報発信

「東京都感染症情報センター」のホームページにおいて、インフルエンザの発生状況や発生時の対策についての情報提供を行っています。

- ◆ 「Web版感染症発生動向調査」（毎週更新）

<https://survey.tmiph.metro.tokyo.lg.jp/epidinfo/epimenu.do>

- ◆ 疾患別情報メニュー「インフルエンザ」

<https://idsc.tmiph.metro.tokyo.lg.jp/diseases/flu/>



### ○ 注意報・警報基準到達時における都民への注意喚起

都内における流行状況が注意報・警報基準に達した場合には報道発表を行っています。

注意報基準：定点医療機関からの報告において、定点当たり患者報告数が 10 人／週を超えた場合

警報基準：定点医療機関からの報告において、定点当たり患者報告数が 30 人／週を超えた場合

いずれの場合も、基準を超えた保健所の管内人口の合計が、東京都の人口全体の 30%を超えた場合には、広域的に流行が発生・継続しているとして注意報・警報を発します。

### ○ 東京都のホームページにおける情報提供

インフルエンザの予防や啓発ツールに関する情報提供を行っています。

- ◆ インフルエンザの予防について

<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/info/influ/influ>



- ◆ 今年度の啓発ツール（ポスター・リーフレット）

<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/info/influ/shingatainflu/keihatsu>



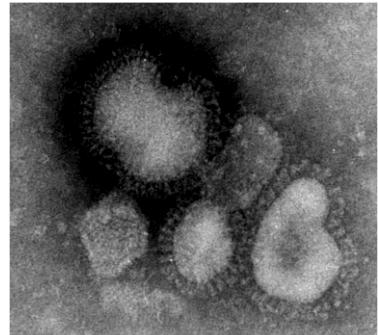
### ○ 保健所における地域住民・施設等への助言・指導等の実施

地域において施設等の実態を踏まえた助言や指導等を行っています。

# インフルエンザについて

## 1 インフルエンザとは

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスを原因とする呼吸器感染症です。概ね1～3日の潜伏期間の後に、発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、咳（せき）、鼻水などを呈します。一般的な風邪に比べ、全身症状が強いことを特徴とします。多くの人は1週間程度で回復しますが、高齢者や心疾患など基礎疾患のある方は、肺炎を伴うなど、重症化することがあります。



インフルエンザウイルス  
(電子顕微鏡写真)

## 2 主な感染経路

患者の咳（せき）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」と、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」により感染します。

## 3 予防のポイント

- ① こまめに手を洗いましょう。
- ② 規則正しい生活を送って十分な休養をとり、バランスのとれた食事と適切な水分の補給に努めましょう。
- ③ 普段から一人ひとりが咳工チケットを心がけましょう。
- ④ 室内の換気を行いましょう。また、十分な湿度（概ね50%～60%）を保ちましょう。
- ⑤ 特に御高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦の方等は、人混みへの外出を控えましょう。

《咳工チケット》～感染拡大を防ぐために～

- せき・くしゃみの症状がある時は、マスクをしましょう。
- せき・くしゃみをする時は、口と鼻をティッシュでおおいましょう。
- せき・くしゃみをする時は、周りの人から顔をそらしましょう。

## 4 社会福祉施設等の集団生活の場における予防対策

- ◆ インフルエンザの患者が発生した場合に備えて、施設内の連絡体制・医療機関等の連絡先、対応についてまとめ、文書や掲示物にしておきましょう。
- ◆ 利用者の健康状態をきめ細かく把握しましょう。体調不良時に自分で訴えることが困難な方については、毎日の検温等により健康状態をよく把握しましょう。
- ◆ 温度・湿度の管理、定期的な清掃等の衛生管理に留意しましょう。
- ◆ 利用者・職員・面会者等が手洗いを十分に行えるよう、石鹼や手指消毒剤を準備し、こまめな手洗いの励行を呼びかけましょう。
- ◆ 患者発生時には、感染拡大防止のための対応（リハビリなど集団活動の変更や延期、症状のある人とない人の居室の分離、マスクの着用等）を、必要に応じて行いましょう。