

2026 年 2 月 5 日  
栃木県保健福祉部感染症対策課

## インフルエンザの患者数が警報レベルを超えました（今季 2 度目）

栃木県では「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」に基づき、県内の医療機関のうち 47 か所を定点として、インフルエンザの発生動向調査を実施しています。

この調査結果によりますと、県内全域における一定点医療機関当たりのインフルエンザの患者報告数は、令和 8(2026)年第 5 週（1 月 26 日（月曜日）から 2 月 1 日（日曜日）まで）に警報レベルの基準値である「30.00」を超える 38.06 となりました。保健所管内別では、宇都宮市、県南、県北、安足保健所管内で警報レベルを超えています。

また、県内の急性呼吸器感染症(ARI)病原体サーベイランスの検出結果によりますと、2025 年末まではインフルエンザ A 型のみが確認されていましたが、2026 年 1 月以降は B 型の検出割合（約 7 割）が増えています。

一度、インフルエンザにかかったとしても、型が異なる場合、再びインフルエンザにかかる可能性がありますので、ご留意願います。

今後も更なる患者数の増加が予想されますので、インフルエンザの発生動向を注意するとともに、以下の「予防について」を参考に感染予防対策を心がけてください。

（参考）

※一定点医療機関当たり報告数

各定点医療機関から報告のあった各感染症の一週間当たりの報告総数について、県及び保健所管轄ごとの定点医療機関数で除算した数値（換算値）です。

※警報レベルの基準値

インフルエンザの注意報レベル基準値は、県及び保健所管轄ごとの一定点医療機関からの報告数が 30 以上と国が定めています。

### インフルエンザについて

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染によって引き起こされる呼吸器系感染症です。「一般のかぜ症候群」とは分けて考えるべき「重くなりやすい疾患」です。

潜伏期間は、概ね 1～7 日（多くは 3～4 日）です。症状は、発熱（通常 38℃以上の発熱）と咳・鼻水・のどの痛みなどの呼吸器症状が突如現れ、頭痛、全身のだるさ、筋肉痛、嘔吐、腹痛、下痢などを伴う場合もあります。

感染経路は、咳などで飛び散ったウイルスを吸い込んで感染する（飛沫感染）ほか、ウイルスが付着したドアノブなどに触れて感染する（接触感染）場合などがあり、例年 12 月頃から徐々に流行しはじめ、1～3 月頃にかけて患者数が増加する傾向が見られます。

## 予防について

1. 流水・石けんで手をよく洗いましょう。アルコールによる手指消毒も効果的です。
2. 室内では加湿器を使用するなど適切な湿度（50～60％）を保ちましょう。
3. 体の免疫力を高めるために、バランスの良い食事と十分な休養、睡眠をとるなど日頃から体調管理を心がけましょう。
4. 重症化するリスクの高い方（御高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、体調の悪い方）は、できるだけ人混みを避けましょう。やむを得ず外出する場合は、不織布製マスクを着用しましょう。
5. 咳やくしゃみなどの症状がある方は咳エチケットを守り、早めに医療機関を受診して自宅療養に努めましょう。
6. ワクチンの接種を検討しましょう。ワクチンは、発症や重症化を防ぐ効果があるとされています。接種を希望する方は、かかりつけの医師に相談してください。

## 感染症に関する相談窓口及び担当区域

県西健康福祉センター：TEL 0289-62-6225 担当（鹿沼市、日光市）

県東健康福祉センター：TEL 0285-82-3323 担当（真岡市、益子町、茂木町、市貝町、芳賀町）

県南健康福祉センター：TEL 0285-22-1219 担当（栃木市、小山市、下野市、上三川町、壬生町、野木町）

県北健康福祉センター：TEL 0287-22-2679 担当（大田原市、矢板市、那須塩原市、さくら市、那須烏山市、塩谷町、高根沢町、那須町、那珂川町）

安足健康福祉センター：TEL 0284-41-5895 担当（足利市、佐野市）

宇都宮市保健所：TEL 028-626-1115 担当（宇都宮市）

## その他

インフルエンザ対策に関する情報は、栃木県ホームページにおいて、情報提供します。

(<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e04/welfare/hoken-eisei/kansen/hp/infu.html>)

最新の患者の発生状況は、栃木県感染症情報センターホームページ (<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e60/tidctop.html>) において、情報提供します。

所管課	発表者		担当者		
	職名	氏名	職名	氏名	連絡先
感染症対策課			副主幹（GL）	鈴木 憲典	028-623-2834