



感染症週報

令和7年5月19日発行



小笠原での流行状況

第20週（5月12日から5月18日まで）

父島 感染性胃腸炎の報告がありました。

母島 特別な感染症の報告はありませんでした。

※ 5例以上発生時に実数報告としています

東京都全体での流行状況

第19週（5月5日～5月11日）

【警報・注意報】

- **水痘** 注意報基準を超えました
(定点患者報告数 0.75)



©2000-2025 Tokyo Metropolitan Institute of Public Health

【ピックアップ】

GWの影響で報告数が減少して
ますが、今後も注意が必要です。

- **百日咳**
(2025年の累計1,105例)



©2000-2025 Tokyo Metropolitan Institute of Public Health

感染症メモ

参考、出典：
東京都感染症情報センター
森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006

手洗いの方法や時間はとても重要です。手にウイルスが約100万個ついていた場合、「流水で15秒洗う」と約1万個に、「ハンドソープで60秒もみ洗いした後、流水で15秒すすぐ」と数100個に、「ハンドソープで10秒もみ洗いして流水で15秒すすぐ、を2回する」と約数個まで減らすことができます。

感染症予防の基本は手洗い

感染症から自分を守るために、手洗い（手指衛生）はとても重要です。適切なタイミング、適切な方法で行う必要があります。



重要!

手を洗う前に

爪は切っておきましょう
時計や指輪は外しましょう



手を洗う タイミング

家に帰った時
料理の前
生肉や生魚に触れた後
食事の前
トイレの後

①



石鹸を泡立て
手のひらを
よくこする

②



手の甲を
伸ばすように
こする

③



指先、爪の間を
念入りにこする

④



指の間を洗う

⑤



親指と手のひらを
ねじり洗いする

⑥



手首も忘れず
に洗う

⑦



石鹸を洗い流し、清潔なタオルやペーパータオルでふき取って乾かす

ポイント

もみ洗い10秒、流水すすぎ15秒を
2回するのがおすすめ!

自分だけの手洗い用お気に入りの曲を決めよう
曲を口ずさみながら手洗いすると、しっかり時間をかける
ことができます(心の中でもOK)。水戸黄門(前奏あり)で
約50秒、暴れん坊将軍やアンパンマンで約1分です。

習慣にしよう!

感染予防の基本は手洗い

東京都島しょ保健所小笠原出張所

