

新型インフルエンザに関するQ & A

H20.6.16

【新型インフルエンザについて】	
Q1	新型インフルエンザとは何ですか？
Q2	パンデミックとはどういう意味ですか？
Q3	新型インフルエンザと通常の季節性インフルエンザとの流行ではどのように違いますか？
Q4	なぜ、新型インフルエンザの世界的流行（パンデミック）の可能性が指摘されているのですか？
Q5	新型インフルエンザが発生する可能性はどの程度ありますか？
Q6	新型インフルエンザの世界的流行（パンデミック）は阻止することはできないのですか？
Q7	これまでに新型インフルエンザの流行はありましたか？
Q8	新型インフルエンザの流行状況として現在はどのような段階ですか？
【感染について】	
Q9	新型インフルエンザはどのようにしてヒトにうつるのですか？
Q10	新型インフルエンザが全国的に流行した場合、どれくらいの人が感染すると予想されますか？
Q11	新型インフルエンザに感染した場合、どのような症状が出るのですか？
Q12	新型インフルエンザにかかったかどうか、どうしたら分かりますか？（どのように診断するのですか？）
【予防について】	
Q13	新型インフルエンザの予防はどのようにしたらよいのですか？
Q14	新型インフルエンザのワクチンがありますか？
Q15	通常のインフルエンザの予防接種は、新型インフルエンザに効果がありますか？
【治療について】	
Q16	新型インフルエンザの治療法はありますか？
Q17	日本に抗インフルエンザ薬は十分ありますか？
Q18	タミフルはどこで購入できますか？
Q19	タミフルが聞かない鳥インフルエンザがあると聞きました。新型インフルエンザに対して本当に有効なのでしょうか？
Q20	タミフルを服用して死亡したヒトがいると聞きました。副作用が心配です。
【発生後について】	
Q21	新型インフルエンザに感染したと思われる場合は、どのように対応すればよいのですか？
Q22	新型インフルエンザの大流行が起きた場合に、社会全体にはどのような影響が出るのでしょうか？
Q23	新型インフルエンザの大流行が起こったときの個人防御策はありますか？
Q24	新型インフルエンザ対策で学校や学校の設置者が必要とされることを教えてください
Q25	国は新型インフルエンザの流行に対してどのような準備をしているのですか？また、流行した場合、どのような対策をとるのですか？
Q26	鳥取県は新型インフルエンザに対してどのような準備をしているのですか？
【鳥インフルエンザと新型インフルエンザについて】	
Q27	高病原性鳥インフルエンザとはどのような病気ですか？
Q28	鶏肉や鶏卵を食べて鳥インフルエンザに感染することはありますか？
Q29	鳥インフルエンザと新型インフルエンザとはどのような関連があるのですか？
Q30	鳥インフルエンザウイルスがヒトに感染した例はありますか？
【海外渡航時の対応について】	
Q31	海外で新型インフルエンザにかかった疑いがある場合、どうすればよいのですか？
Q32	海外に住んでいますが、新型インフルエンザ発生に備えて現時点でどのような準備をすればよいのですか？
Q33	民間機が運行停止になった場合、邦人の脱出手段の確保はどうなりますか？
【問い合わせ先について】	
Q34	新型インフルエンザについて、分からないことはどこに問い合わせればよいのですか？

【新型インフルエンザについて】

Q 1	新型インフルエンザとは何ですか？
A 1	<p>新型インフルエンザとは、今までヒトが感染したことの無い新しいタイプのインフルエンザのことです。現在、アジアを中心にトリの間で流行しているのは鳥インフルエンザであり、新型インフルエンザとは異なります。鳥インフルエンザは、まれにヒトに感染することがありますが、通常ヒトからヒトには感染しません。鳥インフルエンザが変化してヒトからヒトに感染する力を持った場合に新型インフルエンザとなります。</p> <p>新型インフルエンザに対しては、全てのヒトが抵抗力（免疫）を持っていないため、世界中で同時大流行（パンデミック）し、人命や社会経済活動に多くの被害をもたらすことが心配されています。</p>
Q 2	パンデミックとはどういう意味ですか？
A 2	<p>感染症の世界的大流行。 特にインフルエンザのパンデミックは、近年これがヒトの世界に存在しなかったために、ほとんどのヒトが免疫を持っておらず、ヒトからヒトへ容易に感染する能力を得て、世界的に大流行している状態を指します。</p>
Q 3	新型インフルエンザと通常の季節性インフルエンザとの流行ではどのように違いますか？
A 3	<p>通常季節性インフルエンザは、その名の通り北半球では、毎年冬季に流行しますが、新型インフルエンザは、数十年に一度くらい（20世紀には3回起こっています）の頻度で起こり、季節は冬とは限りません。</p> <p>毎年ヒトの間で流行しているインフルエンザは、通常、基礎疾患のない若年成人を死亡させるほどの強い病原性はありません。一方、新型インフルエンザでは、過去、特に基礎疾患のない健常な若年成人であるにもかかわらず、死亡に至らしめた例があります。その原因については、よく分かっていません。</p>
Q 4	なぜ、新型インフルエンザの世界的流行（パンデミック）の可能性が指摘されているのですか？
A 4	<p>人から人へ感染する新型インフルエンザの世界的流行は10年から40年程度の周期で起こるとされていますが、この数十年間は発生がありません。さらに、現在地球規模で発生している高病原性鳥インフルエンザのウイルスが、新型インフルエンザウイルスに変異することが懸念され、新型インフルエンザの世界的流行の可能性が指摘されています。</p> <p>新型インフルエンザがもし発生した場合、基本的にすべての人が、そのウイルスに対して抵抗力（免疫）をもっていません。そのために新型インフルエンザはヒトの間で、広範にかつ急速に拡がると考えられます。さらに、人口の増加や都市への人口集中、飛行機などの高速大量交通機関の発達などから、短期間に地球全体にまん延すると考えられます。この世界的流行をパンデミックといいます。</p> <p>ただし、新型インフルエンザウイルスがどのくらい強い感染力をもつのかについては、現段階では予測できません。</p>

Q 5	<p>新型インフルエンザが発生する可能性はどの程度ありますか？</p>
A 5	<p>人類の歴史上、これまで数十年（30～40年）周期でパンデミックが発生していると考えられています。1847年と1889年のパンデミックの記録までさかのぼると、それぞれのパンデミックの間は、42年（1847～1889年）、29年（～1918年）、39年（～1957年）、11年（～1968年）でした。1968年の香港インフルエンザ以来38年間パンデミックは起こっていませんが、インフルエンザに関する科学的知見が蓄積されるにつれ、再びパンデミックが起こることが懸念されています。</p> <p>1993年にはドイツでの第7回ヨーロッパインフルエンザ会議、また1995年に米国でのパンデミックインフルエンザ会議での報告をはじめとして、多くの専門家から「人の世界において流行する新型インフルエンザウイルスが早ければ数年のうちに出現する」との警告が出されています。</p> <p>また、これまでの新型インフルエンザウイルスは、すべて鳥世界からヒト世界に侵入したウイルスから発生しています。</p> <p>現在、世界各地で発生しているH5N1亜型の鳥インフルエンザウイルスが、やがてヒトに容易に感染するようになり、さらにヒトからヒトへ効率的に感染するようになり、新型インフルエンザとなってパンデミックを起こすことが懸念されています。</p> <p>いつどのように、鳥インフルエンザウイルスがヒトに適応して、新型インフルエンザウイルスが出現するかは、現在のところ分かっていません。しかしながら、現在のように、家禽の間で鳥インフルエンザがまん延し、コントロールできない状況が長く続けば続くほど、鳥インフルエンザウイルスがヒトに感染する機会が増え、それに伴ってウイルスが変異（変化）して、ヒトに適応する危険性は増加すると考えられます。</p>

Q 6	<p>新型インフルエンザの世界的流行（パンデミック）を阻止することはできないのでしょうか？</p>
A 6	<p>パンデミックを阻止することは非常に困難であると考えられていますが、最近の研究では、新型インフルエンザの発生が初期段階で、その範囲が限られている場合においては、抗インフルエンザウイルス薬の内服と移動制限を行うことで、流行の拡大を遅らせ、その間に次の対策（新型インフルエンザワクチンの開発等）を講じることができるのではないかとされています。しかし、これまで世界中で経験が無いため、どの程度阻止できるかは分かりません。</p>

Q 7	<p>これまでに新型インフルエンザの流行はありましたか？</p>
A 7	<p>20世紀では、大正7年（1918年）に「スペインインフルエンザ」、昭和32年（1957年）に「アジアインフルエンザ」、昭和43年（1968年）に「香港インフルエンザ」が流行しています。これらはいずれも世界的に流行し、時に多くの死亡者（たとえば、「スペインインフルエンザ」において、世界では約4,000万人、わが国では約39万人が死亡）を出しました。こうした「新型インフルエンザ」は、10年から40年の周期で流行してきましたが、次の新型インフルエンザがいつ出現するのか、予測することはできません。なお、過去の例を見ても、流行の季節は冬とは限りません。</p>

Q 8	新型インフルエンザの流行状況として現在はどのような段階ですか？
A 8	現在、アジアを中心にトリの間で流行しているのは鳥インフルエンザであり、新型インフルエンザとは異なります。鳥インフルエンザは、まれにヒトに感染することがありますが、通常ヒトからヒトには感染しません。鳥インフルエンザが変化してヒトからヒトに感染する力を持った場合が新型インフルエンザとなります。 現時点では、新型インフルエンザの発生は確認されておりません。

【感染について】

Q 9	新型インフルエンザはどのようにしてヒトにうつるのですか？
A 9	インフルエンザは、一般的に、患者の咳、痰などに含まれるウイルスを吸い込むことなどで感染します。新型インフルエンザであっても同様であると考えられています。

Q10	新型インフルエンザが全国的に流行した場合、どれくらいの人が感染すると予想されますか？
A 10	米国疾病管理センターの計算式に日本をあてはめると、新型インフルエンザが全国的に流行した場合、約1 / 4の人が感染すると予想され、また、医療機関を受診する患者数は最大で2500万人と想定されています。 鳥取県では、最大15万人が罹患し、約3千人が死亡する可能性があると考えられています。

Q11	新型インフルエンザに感染した場合、どのような症状が出るのですか？
A 11	新型インフルエンザに変異することが懸念されている高病原性鳥インフルエンザの症状としては、これまで東南アジアなどでの事例では、発熱、咳など、ヒトの一般的なインフルエンザと同様の症状に加え、60%以上の感染者に下痢が認められました。 また、結膜炎、呼吸器症状や、多臓器不全に至る重症なものまで様々な症状がみられ、死亡の主な原因は肺炎でした。 しかし、ヒトからヒトへ感染する新型インフルエンザウイルスに変異した場合、その症状の程度は、現在のところ予測することが困難です。

Q12	新型インフルエンザにかかったかどうか、どうしたら分かりますか？（どのように診断するのですか？）
A 12	現在、新型インフルエンザは発生しておらず、その臨床症状については予測することは困難です。将来的に、新型インフルエンザが出現した場合、特定の症状がある場合には、医療機関を受診し専門的な検査を受けることとなります。その検査方法については厚生労働省等で研究開発が進められています。

【予防について】

Q 13	新型インフルエンザの予防はどのようにしたらよいのですか？
A 13	通常のインフルエンザは、感染したヒトの咳、くしゃみ、唾などの飛沫とともに放出されたウイルスを吸入することによって感染します。そのため、外出後のうがいや手洗い、マスクの着用、流行地への渡航、人混みや繁華街への外出を控えることが重要です。また、十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日頃からバランス良く栄養をとることも大切です。現状では新型インフルエンザは出現していませんが、出現した場合も通常のインフルエンザと同様に感染防御に努めることが重要です。

Q 14	新型インフルエンザのワクチンがありますか？
A 14	<p>新型インフルエンザに対して効果が期待できるワクチンとして、プレパンデミックワクチンとパンデミックワクチンがあります。</p> <p>プレパンデミックワクチンとは、新型インフルエンザウイルスが大流行（パンデミック）を起こす以前に、トリ - ヒト感染の患者または鳥から分離されたウイルスを基に製造されるワクチンを指します。国では、現在流行している鳥インフルエンザウイルス（H5N1）に対するワクチンをプレパンデミックワクチンとして製造、備蓄していますが、新型インフルエンザに対する有効性や人体への安全性が完全に確立しているものではないため、不必要な接種は避け、新型インフルエンザの発生が確認されてからに接種が行われる予定です。なお、接種にあたっては、新型インフルエンザの感染が拡大している状況においても業務を続けなければならない方々（医療従事者、社会機能維持者等）から行われる予定です。</p> <p>パンデミックワクチンとは、ヒト - ヒト感染を引き起こしているウイルスを基に製造されるワクチンです。プレパンデミックワクチンと異なり、ワクチンの効果はより高いと考えられます。ただし、パンデミックワクチンは実際に新型インフルエンザが発生しなければ製造できないため、現時点で製造、備蓄は行えません。また、製造には、6ヶ月程度必要と言われていています。なお、パンデミックワクチンは、国民全員が対象とされています。</p>

Q 15	通常のインフルエンザの予防接種は、新型インフルエンザに効果がありますか？
A 15	通常のインフルエンザの予防接種は、新型インフルエンザとはウイルスの種類が異なるため、感染防止の効果はほとんど期待できないと考えられています。

【感染について】

Q 16	新型インフルエンザの治療法はありますか？
A 16	現在のところ、新型インフルエンザの原因としてどのようなウイルスが発生するのかわかりませんので、明確に言うことはできません。しかし、原因となるウイルスがその薬剤に耐性を既に持っていない限り、抗インフルエンザウイルス薬が有効であると考えられています。

Q17	日本に抗インフルエンザ薬は十分ありますか？
A17	<p>日本では、毎シーズン1000万人分程度の抗インフルエンザウイルス薬が使用されています。</p> <p>現在、国内では、パンデミック（世界的流行）に備えて、約2500万人分の備蓄が完了しています。</p> <p>鳥取県においても、5万人分の抗インフルエンザウイルス薬を備蓄し、パンデミックに備えています。</p>

Q18	タミフルはどこで購入できますか？
A18	タミフルは医師から処方される薬です。医療機関を受診し、医師がインフルエンザと診断した場合に処方されます。

Q19	タミフルが効かない鳥インフルエンザがあると聞きました。新型インフルエンザに対して本当に有効なのでしょうか？
A19	<p>H5N1 亜型ウイルスが今後パンデミック（世界的流行）を起こしうる可能性を持っており、タミフルがワクチンとともに新型インフルエンザ対策の「医薬品による対策」の主力と考えられていることから考えると、その耐性ウイルスが発見されたことは重要な意味を持つ可能性があります。</p> <p>しかし、このウイルスにもタミフル以外の抗ウイルス薬が有効であることが分かりました。また、このようなウイルスの報告はこれまでのところごく少数であり、かつ、このウイルスが再びヒトに感染したという証拠もありません。</p> <p>新型インフルエンザが発生していない現時点で、タミフルの有効性を論じるのは困難ですが、タミフルは一般のインフルエンザウイルスの増殖過程を抑制する薬であるため、WHO は新型インフルエンザに対してもタミフルの効果을期待し、タミフル備蓄を推奨しています。</p>

Q20	タミフルを服用して死亡したヒトがいると聞きました。副作用が心配です。
A20	<p>タミフルの主な副作用は、腹痛、下痢、嘔気です。まれに生じる重大な副作用としてショック、肺炎、肝機能障害、皮膚粘膜眼症候群（Stevens-Johnson 症候群）、中毒性表皮壊死症（Lyell 症候群）、急性腎不全、精神・神経症状などがあります。</p> <p>タミフルに限らず医薬品は、人体にとって本来異物であり、何らかの副作用が生ずることは避け難いものです。現在、高病原性鳥インフルエンザ（H5N1）患者の死亡率は約60%と高く、このまま推移すると新型インフルエンザ患者の死亡率は通常のインフルエンザと比べて、高くなる可能性があります。このため、薬の有効性と副作用の両者を考慮した上で使用することが必要です。</p>

【発生後について】

Q21	<p>新型インフルエンザへの感染が疑われる場合は、どのように対応すればよいですか？</p>
A21	<p>まずは、最寄りの福祉保健局（保健所）にご相談ください。新型インフルエンザの病院を案内します。</p> <p>また、受診等の際は、感染拡大防止のためマスク等を着用してください。</p> <p><連絡先></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 東部総合事務所福祉保健局（鳥取保健所） 電話 0857-22-5694 ・ 中部総合事務所福祉保健局（倉吉保健所） 電話 0858-22-7006 ・ 西部総合事務所福祉保健局（米子保健所） 電話 0589-31-9327 ・ 日野総合事務所福祉保健局（日野保健所） 電話 0859-72-1588

Q22	<p>新型インフルエンザの大流行が起きた場合に、社会全体にはどのような影響が出るでしょうか？</p>
A22	<p>将来パンデミックが起こった際の社会への影響は様々な要因を考慮する必要がありますが、一般的な想定として、1)膨大な数の患者と死亡、2)精神的・肉体的苦痛、3)医療従事者の感染、4)医療機関への過剰負担と医療サービス供給の破綻、5)社会基盤従事者（交通・通信・警察・電気・食料・水道、消防など）の感染、6)社会機能・行政機能の破綻、7)日常生活の制限、8)企業活動の制限、9)ドミノ効果による企業の存続基盤の崩壊、10)生産年齢人口の減少、11)莫大な経済的損失などが考えられます。</p> <p>数十年あるいはそれ以上の期間において大きな地震が起こる可能性を想定し、常日頃からそれに対して備えを築き上げてゆくように、新型インフルエンザに対しても、近い将来の最悪の事態を想定して、社会全体で今から可能な準備を始めることが必要であると言えます。</p>

Q23	<p>新型インフルエンザの大流行が起こったときの個人防御策はありますか？</p>
A23	<p>国・県レベルの対策として、学校を閉鎖したり、公共施設や映画館を閉鎖したり、あるいは集会を禁止したりということも考えられていますが、職場や家庭においても接触機会を減らすことは重要なことであり、大流行した際に可能な限り感染している（かもしれない）ヒトとの接触を減らすために、どのような生活パターンとするか、あるいは外出機会を減らすために生活必需品を備蓄しておくなどを考えることが重要です。</p> <p>また感染を拡大させないために最も重要なことが、感染者が自分が広げないように最大限の注意を払うということであり、この基本となるのは、咳エチケットです。すなわち、インフルエンザに罹患し咳嗽などの症状のある方は特に、周囲への感染拡大を防止する意味から、咳やくしゃみをする際にはティッシュで口元を覆うか、マスクを着用することが効果的です。これは現在の季節性のインフルエンザでも有効ですし、インフルエンザに限らずあらゆる呼吸器感染の拡大防止の基本です。</p> <p>もちろん、室温、湿度の管理、バランスの良い栄養の摂取、手洗いうがいなど、一般的な個人衛生と体調の管理も個人で行える対策です。</p>

Q24	<p>新型インフルエンザ対策で学校や学校の設置者が必要とされることを教えてください</p>
A24	<p>新型インフルエンザが発生した場合の連絡体制や対応計画等について、日頃から検討を進め、学校内等での共通理解を図っておいてください。特に、 児童生徒等や教職員における発生状況を的確に把握し報告していただくこと、 保護者に対し、必要な情報を確実に提供すること、 等が必要となるため、情報収集体制及び連絡体制等について、それぞれの学校及び学校の設置者において検討を進めておいてください。 また、風評被害等を避けるために、正確な情報を収集把握するとともに児童生徒及び家庭への情報提供に努めてください。</p> <p>新型インフルエンザ等の情報については、以下ホームページにも掲載されておりますので、ご参照ください。</p> <p>文部科学省ホームページ： http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/17/11/05112500.htm 厚生労働省（新型インフルエンザ）： http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html 厚生労働省（鳥インフルエンザ）： http://www.mhlw.go.jp/houdou/0111/h1112-1f.html 国立感染症研究所ホームページ： http://idsc.nih.gov/disease/avian_influenza/index.html 鳥取県健康政策課ホームページ http://www.pref.tottori.lg.jp/influ</p>

Q25	<p>国は新型インフルエンザの流行に対してどのような準備をしているのですか？また、流行した場合、どのような対策をとるのですか？</p>
A25	<p>厚生労働省では、平成17年10月、国民への正確な情報の提供、予防や治療など、その流行状況に応じた対策を総合的に推進するため、厚生労働大臣を本部長とする「新型インフルエンザ対策推進本部」を設置しました。同時に、厚生労働省では、「新型インフルエンザ対策行動計画」を策定し、新型インフルエンザの発生状況に合わせた具体的な対策を講じることとしています。</p>

Q26	<p>鳥取県は新型インフルエンザに対してどのような準備をしているのですか？</p>
A26	<p>平成18年1月に鳥取県新型インフルエンザ対応行動計画を策定し、現在その行動計画に基づき、具体的な県の対応事項等を記載した新型インフルエンザ対応マニュアルを作成中です。20年度図上訓練、実動訓練等も行う予定です。 また、県では、大流行に備え5万人分の抗インフルエンザウイルス薬（タミフル）を備蓄しています。</p>

【鳥インフルエンザと新型インフルエンザについて】

Q27	高病原性鳥インフルエンザとはどのような病気ですか？
A27	<p>鳥インフルエンザは、A型インフルエンザウイルスが引き起こす鳥の病気です。鳥に感染するA型インフルエンザウイルスをまとめて鳥インフルエンザウイルスといいます。</p> <p>鳥インフルエンザウイルスの中には高病原性鳥インフルエンザウイルスがあり、家禽（ニワトリや七面鳥など）に対する病原性の強さによって、強毒タイプと弱毒タイプに分類されています。</p> <p>ニワトリが強毒タイプのウイルスに感染すると、その多くが死んでしまいます。一方、ニワトリが弱毒タイプのウイルスに感染すると、症状が出ない場合もあれば、咳や粗い呼吸などの軽い呼吸器症状が出たり産卵率が下がったりする場合があります。</p>
Q28	鶏肉や鶏卵を食べて鳥インフルエンザにかかることはありますか？
A28	<p>鶏肉や鶏卵を食べて、人が鳥インフルエンザウイルスに感染することは世界的に報告されていません。</p> <p>なお、鳥インフルエンザウイルスは加熱すれば感染性がなくなります。万一食品中にウイルスがあったとしても、食品を十分に加熱して食べれば感染の心配はありません。加熱するときは、食品全体が70℃以上となるようにしてください。鶏肉の場合は、ピンク色の部分が無くなるまで加熱するとよいでしょう。</p>
Q29	鳥インフルエンザと新型インフルエンザのウイルスにはどのような関係がありますか？
A29	<p>現在、アジアを中心にトリの間で流行しているのは鳥インフルエンザであり、新型インフルエンザとは異なります。鳥インフルエンザは、まれにヒトに感染することがありますが、通常ヒトからヒトには感染しません。鳥インフルエンザが変化してヒトからヒトに感染する力を持った場合が新型インフルエンザとなります。</p> <p>これまでの新型インフルエンザウイルスは、すべて鳥世界からヒト世界に侵入したウイルスから発生していると考えられています。</p> <p>鳥インフルエンザウイルスが新型インフルエンザになるには、2つの仕組みがあります。</p> <p>ひとつの仕組みは、鳥インフルエンザウイルスがヒトや鳥類の体内で変異し、ヒトからヒトへ感染するウイルス（新型インフルエンザウイルス）になることです。もう一つの仕組みは、ヒトやブタに、ヒトのインフルエンザウイルスと鳥インフルエンザウイルスが同時に感染し、それぞれが混ざり合い、ヒトからヒトへの感染する新型インフルエンザウイルスになることです。</p>
Q30	鳥インフルエンザウイルスがヒトに感染した例はありますか？
A30	<p>ベトナム、タイ、カンボジア、インドネシア、中国など15ヶ国で、ヒトへの感染の報告があります。（平成20年6月現在）</p> <p>鳥インフルエンザウイルスといえども、濃厚に接触すれば、ヒトへ感染する可能性があると考えられますが、通常はトリからヒトへの感染効率は低いと考えられています。</p>

【海外渡航期の対応について】

Q31	海外で新型インフルエンザにかかった疑いがある場合、どうすればよいですか？
A31	早急に最寄りの信頼できる医療機関を受診してください。（各国・地域の新型インフルエンザ指定病院がある場合、在外公館のホームページ等で情報を提供していますので、予め確認しておくようにしてください。）
Q32	海外に住んでいますが、新型インフルエンザ発生に備えて現時点でどのような準備をすればよいですか？
A32	<p>世界的大流行になった場合、感染を防ぐためには感染した人との接触機会を減らすことが重要です。そのため不要不急の外出をしないことが原則です。また、外出しなくても良いだけの最低限（新型インフルエンザに関しては少なくとも2週間分程度が目安とされています）の食料品、日用品、常備薬等の生活必需品の備蓄はしておいたほうがよいでしょう。また、いつでも出国できるように、現金の準備や、旅券や査証の残存有効期間の確認も常に行っておくようにしてください。</p> <p>なお、新型インフルエンザが発生していない場合であっても、日頃から手洗い・うがいの励行、バランスのよい食事、十分な睡眠等の体調管理に努めることが、その他の感染症を含めた感染を予防するためにも非常に重要です。</p>
Q33	民間機が運航停止した場合、邦人の出国手段の確保はどうなりますか。
A33	<p>新型インフルエンザの発生により民間航空機（定期便）が運航停止する場合には、外務省においてチャーター機等による輸送の可否も検討しますが、チャーター機等の確保には、世界保健機構（WHO）の勧告を受けた現地政府の感染拡大防止のための出国禁止措置等の制約要因もあります。発生国が出国禁止措置をとった場合は、在留邦人の方々には、現地の安全な場所に留まり、感染予防策を徹底するよう呼び掛けることとしています。</p>

【問い合わせ先について】

Q34	新型インフルエンザについて、分からないことはどこに問い合わせればよいですか？
A34	<p>< 県 庁 > 福祉保健部 健康政策課 電話 0857-26-7153 防災局 危機管理チーム 電話 0857-26-7878</p> <p>< 福祉保健局 > 東部総合事務所福祉保健局（鳥取保健所） 電話 0857-22-5694 中部総合事務所福祉保健局（倉吉保健所） 電話 0858-22-7006 西部総合事務所福祉保健局（米子保健所） 電話 0589-31-9327 日野総合事務所福祉保健局（日野保健所） 電話 0859-72-1588</p>