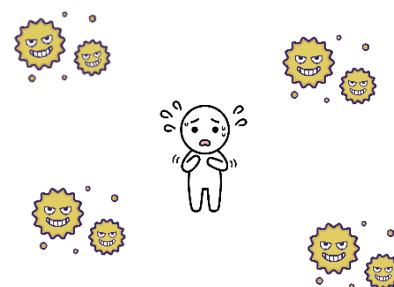


【健サポだより第1号】今、麻しん（はしか）が急増中！

健サポから、皆さんの健康を守るための重要なお知らせです。

2026年、麻しんが過去最悪のペースで流行しています！

現在、国内で麻しん（はしか）の2026年（第1週から第9週）感染報告数が、2020年以降で最多となるペースで感染拡大しており、いつ皆さんの身近で発生してもおかしくない危機的な状況です。



1 麻しん（はしか）について知ろう

感染力（最強レベル）	空気感染するため、手洗いやマスクだけでは防げません。免疫がない人が感染すると、 ほぼ100%の確率で発症 します。同じ空間（教室、学食、サークル部室、学生寮など）にいただけで感染します。
主な症状	感染してから約10日の潜伏期間後、38度前後の熱、咳、鼻水がでます。（風邪に似た症状）その後、一度熱が下がってから39度以上の高熱と発しんが全身に広がります。
大学生活への影響	発症すると「 解熱後3日を経過するまで 」は出席停止！ ※感染症に罹患した場合は大学に報告が必要です⇒ 報告フォームはこちら

2 自分の免疫を今すぐチェック！

麻しんを防ぐ唯一の方法は、1歳以降にワクチンの2回接種です。

【免疫チェックリスト】

母子健康手帳（母子手帳）を必ず確認する

① 記録が1回以下、または不明な場合は早期のMRワクチン（麻しん風しん混合ワクチン）の接種を推奨します。

※特に注意が必要な世代：2000年4月1日以前に生まれた方は、定期接種が1回のみ、あるいは受けていない可能性があります。

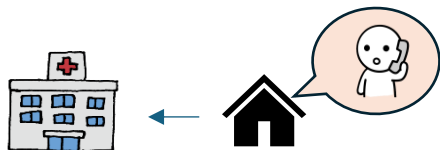
3 もし「麻しん（はしか）」にかかったかな？と思ったら（厳守事項）

「37.0 度以上の発熱（微熱でも注意）」「咳・鼻水」「発疹」「目が赤い」といった症状が出た場合、キャンパスや地域への感染拡大を防ぐため、以下の行動を絶対に守ってください。

⚠️【最重要】受診前に、必ず医療機関へ「電話」

必ず事前に電話で「麻しんの疑いがある」と伝えてください。

※直接行くと待合室で感染を広げてしまう可能性があります。また病院側で「別の入り口」や「専用の待機場所」を準備する必要があります。



⚠️公共交通機関の使用を避ける⇒狭い車内での空気感染リスクは非常に高いです。



⚠️外出の自粛⇒大学への登校、サークル活動、アルバイト、買い物など、人が集まる場所には絶対に行かないでください。



4 相談窓口

不安な事、わからないことがあれば、健サポへお気軽にご相談ください。



=====
(引用・参考)

1 厚生労働省 HP⇒[詳細はこちら](#)

2 国立感染症研究所 (JIHS)

「感染症情報提供サイト」⇒[詳細はこちら](#)

「学校における麻しん対策ガイドライン」(出席停止基準や学校での対策の基本) ⇒[詳細はこちら](#)