

Infectious Diseases: Taking Precautions Still the Best Defense

複数の感染症が同時流行しています。季節性インフルエンザが例年より早く流行期に入り、また新型コロナウイルスの患者数も増加しています。人々の感染症への警戒感が緩んだ今、このままでは医療機関が逼迫する恐れがあると言われてしています。感染防止には一人ひとりがどのようなことに気を付けたらよいのでしょうか？もう一度リマインドしてみませんか？



1. Article

Read the following article aloud.

Japan is currently facing simultaneous outbreaks of various infectious diseases, including seasonal influenza and COVID-19, both of which are spreading at concerning rates. Influenza entered its [epidemic](#) phase earlier than usual in 2024, while COVID-19 cases have risen for the first time in three months. These outbreaks are thought to result from changes in social interaction patterns during and after the COVID-19 pandemic. The Ministry of Health, Labor and Welfare reported 1.88 influenza cases per medical institution for the week ending November 17, surpassing epidemic benchmarks, while COVID-19 cases reached 1.90 per institution, with Akita Prefecture recording the highest numbers.

The government has urged citizens to remain cautious, especially those aged 65 and older or with underlying conditions, as they are at higher risk for severe symptoms. [Vaccinations](#) against influenza and COVID-19 are highly recommended. Basic precautions such as hand washing, mask wearing, and avoiding shared items at home remain essential.

Continued on next page.

Source : Infectious Diseases: Taking Precautions Still the Best Defense
[JAPAN Forward](#)

1. Article

In addition to these diseases, other illnesses like mycoplasma pneumonia and hand, foot, and mouth disease, though less widespread, continue to pose risks. Medical institutions face potential strain if infection rates increase further, making personal responsibility and preventive measures crucial.

Individuals are encouraged to monitor their health carefully and refrain from attending work or school if they experience symptoms such as fever. Seeking medical attention and ensuring proper rest, [hydration](#), and nutrition are vital for recovery. As the [prevalence](#) of infectious diseases overlaps with seasonal trends, society must maintain [vigilance](#) to minimize the impact on public health systems and individual well-being.

2. Key phrases and vocabulary

First repeat after your tutor and then read aloud by yourself.

1. epidemic (病気が) 流行性の、伝染性の； 流行病、伝染病、流行

During the 19th century, cholera was a major [epidemic](#) threat in urban areas.

2. vaccination ワクチン接種

Some countries require proof of [vaccination](#) before entering.

3. hydration 水分補給、水和、水和反応

Lack of [hydration](#) can lead to serious health problems.

4. prevalence 流行、普及、有病率

Efforts to reduce the [prevalence](#) of smoking have been successful.

5. vigilance 警戒、用心、注意深さ

Parents are maintaining strict [vigilance](#) over their children's health.

Source : Infectious Diseases: Taking Precautions Still the Best Defense
[JAPAN Forward](#)

3. Questions

Read the questions aloud and answer them.

1. Why does the text say influenza entered its epidemic phase earlier than usual in 2024?
2. What precautions does the government recommend to prevent infection?
3. What should individuals do if they experience symptoms such as fever?
4. Do you think vaccinations are important in preventing infectious diseases? Why or why not?
5. What precautions do you take to protect yourself and others from getting sick?

4. 日本語関連記事： 感染症の同時流行 手洗いなどを徹底しよう

本ページは出典記事原文の日本語訳です。本教材の要約英文の日本語訳ではありません。

複数の感染症が同時流行している。季節性インフルエンザが例年より早く流行期に入ったほか、新型コロナウイルスの患者数も増加している。

令和2年以降の新型コロナ禍では感染症への警戒感が強かった。人と人の接触機会も減り、結果的に他の疾患の流行も抑えられていた。反動で昨年はインフルエンザが拡大した。今年の同時流行も、コロナ禍の反動が続いているのだろう。

だが、警戒感を緩めてはならない。このままでは医療機関が逼迫（ひっぱく）する懸念がある。

[次頁に続く](#)

出典：感染症の同時流行 手洗いなどを徹底しよう
[JAPAN Forward](#)

4. 日本語関連記事： 感染症の同時流行 手洗いなどを徹底しよう

本ページは出典記事原文の日本語訳です。本教材の要約英文の日本語訳ではありません。

感染防止には一人一人の心掛けが大切だ。手洗いや手指のアルコール消毒、マスクの着用、家庭内でタオルを共有しないことなど、基本的な対策を改めて徹底したい。厚生労働省は、医療機関で検査薬や治療薬が不足しないよう万全の注意を払ってほしい。

厚労省によると、全国に約5千ある定点医療機関から11月3日までの1週間に報告されたインフルエンザの患者数は1医療機関あたり1・04人となり、流行期入りの目安となる1人を超えた。17日までの1週間では1・88人に増え、今後さらに拡大する恐れもある。

インフルエンザの流行期は12月以降に始まることが多く、1年を通じて流行した昨年を除けば過去2番目に早い状況だ。

一方、17日までの新型コロナの患者数は1医療機関あたり1・90人に上った。前週の1・29倍で、約3カ月ぶりに増加に転じた。秋田県が6・33人で突出しており、岩手県、北海道が続く。新型コロナは夏、冬にピークがあり、例年通りなら流行期に入る時期だ。

インフルエンザや新型コロナは、65歳以上の高齢者や基礎疾患のある人には重症化のリスクがあり、油断は禁物である。政府はワクチン接種を推奨している。ぜひ検討してほしい。

このほか、夏から流行しているマイコプラズマ肺炎や、子供が感染しやすい「手足口病」などにも注意が必要だ。患者数は減少してきたとはいえ、例年に比べると、依然として高水準である。

いずれの疾患も飛沫（ひまつ）などにより感染する。発熱などの症状があれば入社や登校をしないのは当然である。医療機関を受診し、適度な湿度と栄養を取って休養に努めたい。