



コロナ対応

## 新型コロナ 5 類移行後の対応

新型コロナの感染症法上の位置づけが、5月8日から季節性インフルエンザなどと同じ5類に移行しました。これによって、感染対策や医療体制も大きく変わっています。移行後の情報は表1で確認してください。ただし、新型コロナの感染力は変わりません。感染拡大を防ぐための行動や配慮をお願いします。

### 今年度のワクチン接種は無料

生後6カ月以降の全ての人、自己負担なしで接種できます。3回目以降の接種は対象者によって接種できる期間が異なります。春開始接種の対象者でない人は、9月1日からの秋開始接種の期間中に受けることができます。

#### □春開始接種

- 期間 8月31日(木)まで
- 対象者 1、2回目の接種が終わった次のいずれかを満たす人
  - ▷ 65歳以上▷ 基礎疾患がある5歳から64歳▷ 医療従事者や高齢者施設の従事者など

■表1 5類移行後の医療体制など

	5月7日まで	5月8日から
検査費	無料	自己負担
医療費	【診察費】無料 【治療薬】無料 【入院費】無料	【診察費】自己負担 【治療薬】コロナ専用薬は9月30日まで無料 【入院費】9月30日まで自己負担額を最大2万円減額
マスク着脱	個人の判断	
待機期間	感染者7日間 濃厚接触者5日間	感染者は5日間の外出自粛を推奨。濃厚接触者は制限なし
感染者数	毎日発表	毎週金曜日に発表
緊急事態宣言	発令できる	発令できない

## 子宮頸がん 9 価ワクチン無料接種を開始

これまで無料接種できた2価、4価ワクチンよりも幅広いウイルスに対応

市が無料で実施している子宮頸がん予防ワクチンの定期接種とキャッチアップ接種。これまで2価と4価ワクチンを使用していましたが、4月からより予防効果が高い9価ワクチンも無料接種の対象になりました。国内で、毎年約1万人が感染し、そのうち約3000人が死亡している子宮頸がん。しかし、ワクチンを接種すれば感染のリスクを大きく減らすことができます。市に住民登録がある中学生以上の対象者には5月15日に通知を送付しているので、この機会に接種を考えてみませんか。



子宮頸がん

#### □定期接種(無料)

- 対象 市に住民登録がある小学6年～高校1年の女性
- 接種回数 原則同種のワクチンを3回接種。
- ※9価ワクチンを1回接種した15歳未満の人は2回の接種で完了できます。

#### □キャッチアップ接種(無料)

接種を積極的に勧めていなかった期間に接種機会を逃した人は、無料で接種することができます。接種期限は令和7年3月31日まで。期限を過ぎると接種は自己負担となるので注意してください。

- 対象 平成9年4月2日～19年4月1日に生まれた市に住民登録がある女性
- 接種回数 1～3回(原則同種のワクチンを不足している回数分接種)

【問】市健康づくり課健康係(☎ 77・8536)

早めにワクチンを接種して、子宮頸がんを予防しよう



## 夏に向けて熱中症には早めの対策を

夏本番を迎える前に、熱中症予防のポイントを確認

熱中症は、温度や湿度が高い中で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、温度調整機能が働かなくなることによって引き起こされます。めまいや意識障がいなど、さまざまな障がいを起こし、最悪の場合死に至る可能性があります。昨年、市内で熱中症で救急搬送されたのは65人。一昨年の33人と比べるとほぼ倍になっています。

6月に入り、これから気温が上がっていくことが予想されます。服装を工夫する、こまめに水分補給をす

る、軽い運動で汗をかくなど、今のうちから熱中症予防を始めましょう。また、熱中症の症状ごとに対処方法を下図にまとめました。もし熱中症の可能性があるときはすぐに対処できるよう、頭に入れておきましょう。対処に迷ったらすぐに市消防本部へ連絡してください。

【問】市消防本部消防課救急係(☎ 74・0122)



熱中症予防

### 1 熱中症を予防する4つのポイント

#### 暑さを避ける

##### 【屋外】

- ・日陰を歩く、帽子や日傘を使う



##### 【屋内】

- ・ブラインドやすだれで直射日光を遮る
- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調節

#### 服装を工夫

- ・吸収性や通気性がよい衣服を着る
- ・日差しが強い日は黒い服を避ける
- ・インナーを着た方が、汗が乾きやすい



#### こまめな水分補給

- ・タイミングはのどが渇く前
- ・おすすめはスポーツ飲料や麦茶
- ・コーヒーや緑茶などカフェインが多い飲み物は利尿作用があるので飲み過ぎに注意



#### 暑さに備えた体作り

- ・ウォーキングやランニングなど軽い運動で、涼しいうちに汗をかき、暑さに体を慣れさせる
- ・入浴のときにしっかり湯船につかるだけでも効果あり



### 2 熱中症の対処方法

