



そだてよう すこやかな心とからだ

あなたの“すこやか”を応援します！

すこやか

2022年8月10日発行

だより

編集・発行 西之表市健康保険課健康増進係

保健センターすこやか

電話 0997-24-3233

2022年度

特別号 3

「ウィズ・コロナ」
みんなで支えあおう

市民の皆さまには、日頃より新型コロナウイルス感染症対策にご協力いただき、心より感謝申し上げます。併せて、日々、医療や暮らしを支えておられるすべての方々に敬意を表します。

さて、全国的に新型コロナウイルス感染者が急増している中、本県においては、8月2日に過去最多となる3,880人の新規感染者が確認され、本市においても、同日、過去最多となる57人の新規感染者が確認されています。

このような中、県は、8月3日「BA. 5対策強化宣言」を発令しました。

感染の爆発的広がりを受けて、高齢者等の感染防止・医療体制の維持を図るとともに、引き続き、社会経済活動を維持しながら感染拡大に対応するとして、改めて県民の皆様に注意喚起と感染防止対策の徹底をお願いしております。

県の宣言を受け、本市でもさらにいっそう感染防止に努めてまいります。4回目のワクチン接種は、8月8日(月)から市民体育館で始まっています。希望される方は、早めの接種をお願いします。

また、症状のある方については、早めにかかりつけ医または医療機関を受診してください。症状のない方で、感染に不安のある方は、無料で抗原検査やPCR検査を受けることができます。

すでに夏休みに入っており、8月中旬にはお盆を迎え、人の移動や外出の機会も多くなります。ご来島される皆様におかれましては、来島前に県の無料PCR検査などを活用するなどして、体調管理をしっかり整え、安心してご来島いただきたいと思います。

今後とも、ご自身とご家族、ご友人など大切な人を守るため、最大級の警戒感をもって、引き続き感染拡大防止に取り組んでくださるようお願いいたします。

令和4年8月10日

西之表市長

八板佐輔

新型コロナウイルス感染症対策に関するお知らせ

1. BA. 5対策強化宣言

- 期間は8月31日(水)まで
- 重症化リスクの高い高齢者等は、混雑した場所や感染リスクが高い場所への外出を避けるなど、感染リスクの高い行動を控える
- 帰省などで高齢の親族等と会う場合は、面会前の感染リスクの高い行動を控えるとともに、無料のPCR検査等を活用する
- 軽症の症状の方は極力平日・日中に受診をし、検査目的の受診を控えるなど医療機関に負荷をかけない適正な受診
- 早期の3回目、4回目のワクチン接種の要請



2. ワクチンの早期接種について

60歳以上及び基礎疾患を有する18歳以上の方などを対象に、8/8(月)から9/3(土)まで、市民体育館において4回目の集団接種を開始しています。早めの接種をお願いします。

なお、上記以外で接種を希望する方は、保健センターすこやかまでお問い合わせください。



3. 無料の抗原検査・PCR検査の実施について

本市では、百合砂診療所(電話 28-3901)で受けられます。

自覚症状のない方が対象です。検査を受ける際は、必ず事前にお電話をしてください。

なお、発熱等症状のある方は、かかりつけ医または医療機関へお問い合わせください。



4. 基本的な感染対策の徹底をお願いします

オミクロン株BA. 5が主流となっていますが、これまでの感染防止対策同様、ワクチン接種をした方を含め、「三つの密(密閉、密集、密接)」の回避、正しいマスクの着用、手洗い・手指消毒、換気などの徹底をお願いします。特に、夏場は換気対策をしっかりとこなってください。

水分補給をしたり、効果的に冷房を活用したりして、熱中症にも十分注意してください。



5. 本市の感染状況

7月の感染状況について、年代別にお知らせします。

10代未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	合計
61	43	39	45	59	46	39	30	14	3	379
16.1%	11.3%	10.3%	11.9%	15.6%	12.1%	10.3%	7.9%	3.7%	0.8%	100.0%



家族が新型コロナウイルスに 感染した時に注意したいこと



1. 部屋を分ける



個室にしましょう！
部屋を分けられない場合は、
2m以上の距離を保ったり、
仕切りやカーテンの設置な
どをおすすめします。

2. 窓を開けて換気



**定期的に
換気しましょう。**
共用スペースや他の部
屋も窓を開けっ放しに
するなど換気しましょう。

3. マスクを着用



**マスクを隙間なくフィッ
トさせ、正しく着用しま
しょう。**
外す時は表面に触れな
いように紐部分を持ち、
外した後は手洗いを。

4. こまめな手洗い 手で触れる部分を消毒



・こまめに石鹸で手洗いし、
アルコール消毒しましょう。
・ドアの取っ手、ベッド柵、トイ
レ、洗面台など**共用部分を
消毒**しましょう。

※ 新型コロナウイルスの消毒・除菌方法につきましては、
「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について*1」を御参照ください。

5. 汚れたリネン・ 洋服を洗濯



汚れた衣服やリネンは、
手袋とマスクを着用し、
一般的な**家庭用洗剤**
で洗濯し**完全に乾か
してください。**

6. ゴミは密閉して 捨てましょう



鼻をかんだティッシュ等
は、すぐにビニール袋に
入れ、**室外に出すとき
は密閉して捨ててくだ
さい。**手洗いも忘れずに。

☑ お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょう。

心臓、肺、肝臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けて下さい。

☑ 療養者は外出を避けて下さい。療養期間中は感染を広めてしまう可能性があります。

☑ ご家族、同居されている方も熱を測るなど健康観察をし、
外出は避け、体調不良時は、登校や出勤をお控えください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょう



お子さまが新型コロナウイルスに 感染した際の対応について

1. 窓を開けて換気

定期的に換気をしましょう。

共用スペースや他の部屋も頻繁に換気を行いましょう。



2. 可能な範囲で部屋を分ける

可能な範囲で部屋を分けましょう。

部屋を分けられない場合は、仕切りやカーテンなどで工夫するなど、接触する時間をなるべく短くするよう心がけましょう。

3. 可能な範囲でマスクを着用

児童本人を含め、同居家族全員は
できるだけマスクを着用しましょう。

ただし、2歳未満のお子さまへのマスクの着用は、
息が詰まるなどの危険があるのでやめましょう。



4. こまめな手洗い・幅広い消毒

こまめに石鹸で手洗いし頻繁に触れるものは消毒しましょう。

テーブルや椅子、ドア、テレビやエアコンのリモコン、トイレ（便座など）、
おもちゃ、文房具などは幅広く消毒しましょう。

5. 洗濯・掃除

着衣の交換・洗濯、清掃等を徹底しましょう。

洗濯は通常の洗剤を用い、特別な対応は不要です。



6. ゴミは密閉して捨てましょう

室外に出すときは密閉して捨てましょう。

鼻をかんだティッシュ等は、すぐに2重のビニル袋で
密閉し捨てましょう。手洗いも忘れずに。



☑お子さんの観察ポイント

・ご機嫌、食欲、顔色、呼吸のようすなどを観察してください。ご機嫌がよく、食欲があり、顔色が普通であれば基本的に心配いりません。

・意識がはっきりしない、機嫌が悪い、食欲が低下している、水分がとれない、顔色が悪い、息苦しそう、嘔吐を繰り返すなどの場合は担当保健所、またはかかりつけ医に早めにご相談ください。

☑お世話は出来る限り、限られた方で対応しましょう。

・自らの体調管理、体調不良の意思表示が十分にできないことに留意し、健康状態のチェックを入念に行いましょう。

☑お世話をする方が感染した場合について。

・お子さまのお世話に関して相談したい場合は、自治体、保健所などに御連絡ください。

ゼロ密を目指す、こまめな手洗い、正しいマスクの着用を徹底しましょう

