



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 だより

2022年7月11日発行

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  
2

「ウイズ・コロナ」  
みんなで支えあおう

## 新型コロナウイルス感染症対策に関するお知らせ

新型コロナウイルス感染症が世界中で猛威を振るうという未曾有の事態が、二年以上続いています。このような危機的な状況のなかで、日々、医療や暮らしを支えるすべての方々に感謝申し上げます。

さて、今回の特別号は、先般、県が「爆発的感染拡大警報」から「感染拡大警戒期間」へ移行したことに伴い、今後の感染症対策に関するお知らせをします。具体的には、下記のとおりですが、特に「1. 会食における人数制限の取り扱いが緩和されたこと」、「2. PCR等検査無料化事業が延長されたこと」などが示されました。併せて、裏面にマスクの着用について掲載しましたので、場面に応じて適切に着脱していただくようお願いします。

### 1. 会食における人数制限の取り扱いについて

県は、認証基準に基づき感染防止対策を徹底されている第三者認証店においては、6月29日（水）をもって、会食に際しての同一グループ同一テーブルでの飲食は4人以下という人数制限を解除しました。

市民の皆様方においては、ご利用の際は、引き続きマスク会食など店舗が実施する感染防止対策へのご協力をよろしくお願いします。



### 2. PCR等検査無料化事業の実施について

感染の主流であるオミクロン株は、感染力が強いことから、早期に感染を確認し、感染を拡げないことが重要です。

無症状の方で、感染不安のある方を対象としている無料のPCR等検査については、7月31日（日）まで延長されました。お近くの検査場をご活用いただければと思います。なお、本市では、百合砂診療所が対象検査機関となっています。



### 3. ワクチンの早期接種について

ワクチンの3回目接種により、発症予防効果や重症化予防効果が回復するとされています。また、60歳以上の方や18歳以上で基礎疾患を有する方等を対象とした4回目の接種も、8月8日（月）から9月3日（土）までの実施に向け、順次対象者には接種券を送付しています。なお、18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する方は、接種を希望する場合は、自己申告制となりますので、6月27日（月）全戸配布の“新型コロナウイルスワクチン接種（4回目）”を参照いただくか、市ホームページをご覧ください。不明な点については、保健センターすこやかにお問い合わせください。新型コロナウイルスワクチンの接種を希望される方は、早めの接種をお願いします。



## ●新型コロナワクチン年代別接種状況

令和4年6月末現在

年代区分	対象者数 (R4.4月末人口)	2回接種済み (上段：人数) (下段：割合)	3回接種済み (上段：人数) (下段：割合)
65歳以上	5,694	5,530 97.1%	5,092 89.4%
18歳-64歳	6,771	6,484 95.8%	5,323 78.6%
12歳-17歳	723	639 88.4%	387 53.5%
5歳-11歳	884	363 41.1%	0 0.0%
合計	14,072	13,016 92.5%	10,802 76.8%

## 4. 家庭内における感染防止対策について

感染経路について、県内でも家庭内で感染するケースが、最近では全体の約6割を占め、依然として多く確認されています。家庭内においても、引き続き、帰宅時や食前・食後のこまめな手洗い、定期的な換気などを実践してください。

特に、高齢者や基礎疾患のある方と会話する時などは、家庭内でもなるべくマスク着用するなど、感染リスクを減らす対応をお願いします。

## 5. 高齢者施設等における感染防止対策について

県内では、高齢者施設等でクラスターも発生しています。重症化リスクの高い高齢者などの施設利用者への感染が拡大すれば、医療提供体制の逼迫や死亡者の増加につながりかねません。

施設の従事者の皆様におかれては、有症状のときは出勤を控えるとともに、入所者等と接触する場合には、こまめな手洗いや消毒をお願いします。また、会話時や近い距離で接触するときは、入所者を含めてマスクの着用をお願いします。

## 6. 外出、移動について

夏休み、お盆の時期を控え、県内各地で夏まつり、花火大会など各種イベントが行われることで、人の移動の活発化や、会食を含めた人との接触機会の増加が想定されます。

外出・移動の際には、基本的な感染防止対策を徹底し、三密を避け、体調管理をしっかりを行い、時期の分散や無料PCR検査等の活用を含め、「うつさない」、「うつらない」行動を心がけてください。

喉の痛みや倦怠感など少しでも体調の異変を感じた場合には、外出・移動を控え、早めにかかりつけ医等の医療機関にご相談ください。

また、気温の高い日が続くこれらの時期は、熱中症のリスクが高まります。屋外では、熱中症予防のため、近くに人がいない場合や会話を行わない場合は、マスクを外すなど、場面に応じた正しいマスクの着用をお願いします。





# 屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。  
一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



## 【屋外】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を  
する

マスク必要なし



目安2m以上

マスク着用推奨



会話を  
ほとんど  
行わない

マスク必要なし



公園での散歩やランニング、サイクリングなど

マスク必要なし



徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

## 【屋内】

距離が確保できる

距離が確保できない

会話を  
する

マスク着用推奨



※十分な換気など感染防止対策を講じている場合は外すことも可

マスク着用推奨



通勤ラッシュ時や人混みの中  
では**マスクを着用しましょう**

会話を  
ほとんど  
行わない

マスク必要なし



距離を確保して行う  
図書館での読書、芸術鑑賞

マスク着用推奨



**高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。**  
体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。



夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。

マスクに  
関するQ&A



# 子どものマスク着用について



人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合  
においては、マスクを着用する必要はありません。  
また、就学前のお子さんについては、  
マスク着用を一律には求めていません。



## 就学児について

（小学校から高校段階）

### マスク着用の必要がない場面



#### 屋外

- ・ 人との距離が確保できる場合
- ・ 人との距離が確保できなくても、  
会話をほとんど行わないような場合

<例> 離れて行う運動や移動、

鬼ごっこなど密にならない外遊び

<例> 屋外で行う教育活動（自然観察・写生活動等）

#### 屋内

- ・ 人との距離が確保でき、  
会話をほとんど行わないような場合

<例> 個人で行う読書や調べたり考えたりする学習

### 学校生活

屋外の運動場に限らず、

プールや屋内の体育館等を含め、体育の授業や運動部活動、登下校の際

※運動部活動において接触を伴う活動を行う場合には、各競技団体が作成するガイドライン等を確認しましょう

※活動中以外の練習場所や更衣室等、食事や集団での移動を行う場合は、状況に応じて、マスク着用を含めた感染対策を徹底しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。

## 保育所・認定こども園・幼稚園等の 就学前児について

### 2歳未満

マスクの着用は推奨しません。

### 2歳以上の就学前の子ども

他者との距離にかかわらず、マスク着用を一律には求めて  
いません。マスクを着用する場合は、保護者や周りの  
大人が子どもの体調に十分注意した上で着用しましょう。



気をつける  
ポイント

▶ 夏場は、熱中症防止の観点から、マスクが必要ない場面では、  
マスクを外すことを推奨します。

▶ マスクを着用しない場合であっても引き続き、手洗い、  
「密」の回避等の基本的な感染対策を継続しましょう。

※その他地域の状況に応じて、講じられている対策がある場合、それを踏まえ対応をお願いします。



新型コロナウイルス  
感染症予防のために  
（厚生労働省HP）



ひと、くらし、みらいのために  
厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare



文部科学省

新型コロナウイルスに関連した感  
染症対策に関する対応について：  
幼小中高・特別支援学校に関する情報  
（文部科学省HP）

