

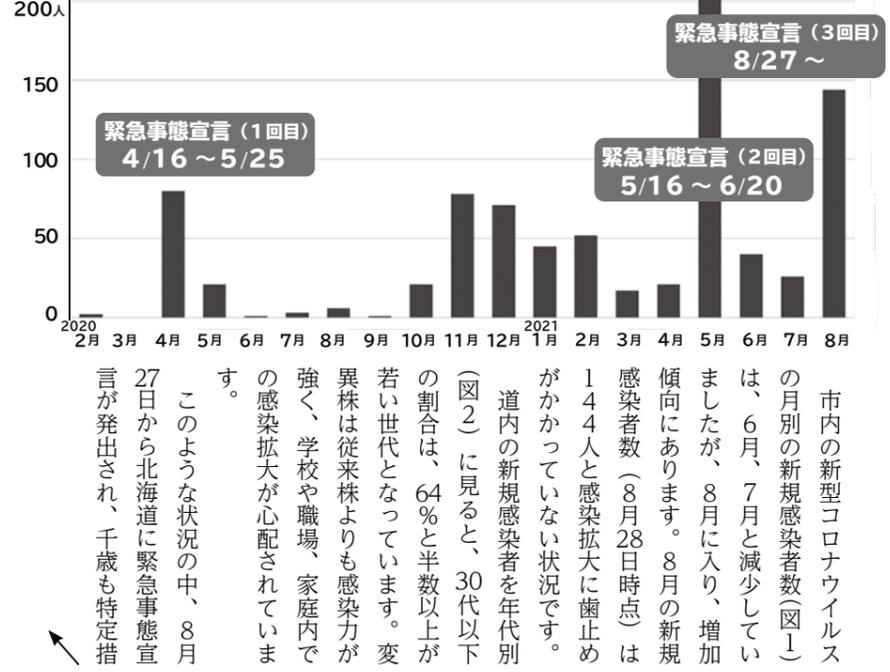
# 新型コロナウイルス感染症関連情報 感染防止対策のいま

新型コロナウイルス感染症は、年齢関係なく誰にでも感染する可能性があります。大切なのは、まずは自分が「感染しない」、そして「感染させない」ための行動です。いま一度、自分自身の行動を見返してみましよう。

## 緊急事態宣言発令中 感染は若い世代を中心に増加

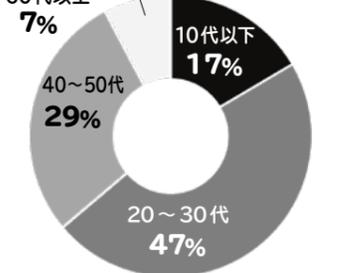
感染力の強い変異株は、若い方も重症化を引き起こす危険性があります。緊急事態宣言下であることを認識し、人流の抑制やさらなる感染防止対策をお願いします。

図1 市内の新規感染者数の推移 ※8/28時点の情報です



市内の新型コロナウイルスの月別の新規感染者数(図1)は、6月、7月と減少していましたが、8月に入り、増加傾向にあります。8月の新規感染者数(8月28日時点)は144人と感染拡大に歯止めがかかっていない状況です。道内の新規感染者を年代別(図2)に見ると、30代以下の割合は、64%と半数以上が若い世代となっています。変異株は従来株よりも感染力が強、学校や職場、家庭内での感染拡大が心配されています。

図2 道内の年代別感染者 (8/1~28)



このような状況の中、8月27日から北海道に緊急事態宣言が発出され、千歳も特定措置です。

**私たちに求められていること**

- ◆日中を含めた不要不急の外出や移動を控える。特に週末の外出を控える
- ◆重症化リスクの高い方と接する際は、基本的な感染防止対策をさらに徹底する

**特に飲食の際は**

- ◆対策が徹底されていない飲食店や営業時間短縮の要請に応じていない飲食店などの利用を控える
- ◆同居していない方との飲食を控える

**学校・職場では**

- ◆体調が悪いときは無理をせず休む
- ◆時差出勤・時差通学やオンラインの利用で人との接触機会を減らす
- ◆休憩室、更衣室、食堂など感染リスクが高い場所の再点検を行う



## 感染管理認定看護師にきく 感染防止対策のポイント

感染力の高い変異株が猛威をふるっています。手指消毒やマスク着用など基本的な対策はこれまでと同じですが、感染力が高いため、これまで感染しなかった場面でも感染するリスクがあります。マスクは、飛沫防止の観点から言えば、不織布マスクが望ましいですが、布やウレタンマスクは洗って再利用できるなど一長一短があります。日常生活の中で、使い分けをしてください。

マスクは、飛沫防止の観点から言えば、不織布マスクが望ましいですが、布やウレタンマスクは洗って再利用できるなど一長一短があります。日常生活の中で、使い分けをしてください。

また、最近では、家庭内感染が急増しています。手指消毒、マスク着用、掃除などの基本的な対策を徹底するほか、家族の体調を日々、確認することが大切です。少しでも体調に変化があれば家の中でもマスクを着けるなど対策のレベルを上げることもいいと思います。家の中の黙食やマスク着用は、継続することが大変ですので、異変を感じたときにすぐ対応することが長く続けるコツです。

変異株だからといって特別な感染防止対策があるわけではなく、これまで続けてきた基本的な対策が「きちんとできているか」を見返してみることが重要です。

## 正しいマスクの着用方法と手指消毒

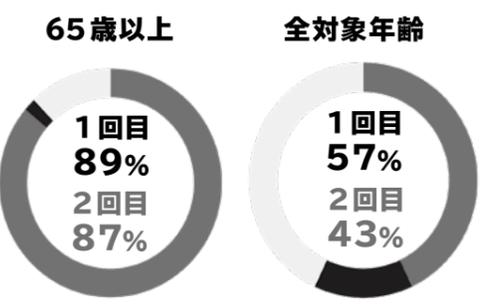


手指消毒剤は、最後まで押し切ることで適量ができます。量が多く感じますが、適量を手指全体にすり込んでください

## ワクチン接種会場

集団	会場
イオン千歳店	千歳タウンプラザ
千歳市民病院	北星病院
千歳豊友会病院	千歳豊友会病院
向陽台ファミリークリニック	向陽台ファミリークリニック
千歳第一病院	千歳第一病院
梅ヶ丘クリニック	梅ヶ丘クリニック
しのめクリニック	しのめクリニック
ちとせおひさまこどもクリニック	ちとせおひさまこどもクリニック
千歳駅北クリニック	千歳駅北クリニック
個別	くみたこどもクリニック
矢尾外科胃腸科	矢尾外科胃腸科
尾谷内科	尾谷内科
新千歳クリニック	新千歳クリニック
住吉こどもクリニック	住吉こどもクリニック
はせがわ内科クリニック	はせがわ内科クリニック
千歳インター消化器・内科	千歳インター消化器・内科
北斗内科小児科医院	北斗内科小児科医院
三上内科呼吸器科クリニック	三上内科呼吸器科クリニック
千歳しなの内科	千歳しなの内科
こにし小児科医院	こにし小児科医院
緑町診療所	緑町診療所

## 千歳のワクチン接種率 (8/29時点)



～夜間接種はじめました～  
仕事帰りや学校帰りにワクチン接種を受けることができるよう9月3日から夜間のワクチン接種を開始しました。

場所：千歳タウンプラザ  
日時：毎週金曜日 17:30～20:30

～接種券が届いていない方へ～  
6月下旬以降に転入された方やドメスティック・バイオレンス(DV)、ストーカー行為などの被害者の方へは、個別にお問い合わせいただいた後、接種券の発行・交付を行っています。発行を希望される方は、コールセンターへお問い合わせください。

電話予約 & 問い合わせ先 **千歳市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター**

TEL 0570-023-600 (平日 9:00～18:00)

※耳やことばの不自由な方は FAX 24-8418 へ

▼接種券の発送に関するページ

## 不安よりも接種後の安心感のほうが大きい



粟田 大地さん (23歳)  
Awata Daichi  
医療機関職員

ワクチン接種への不安よりも、接種後は安心して生活できるという思いのほうが大きかったです。「万が一、感染しても重症化する可能性が低くなる」、「周りの方に感染させる可能性が低くなる」という安心感から接種しました。大学生の弟に聞くと、「接種を迷っている」と言っています。理由は、「周りの人が打っていない」からということでした。今後、若い世代のワクチン接種体制が整うことで接種する人が増え、自分で正しく情報を選択していけば、迷いは軽減されると思います。だからといって、弟に「打て」とか「打つな」と言うことにはないですね。最終的には個人の判断になると思っています。

～信頼できる正しい情報で判断しましょう～  
ワクチンを早く接種した方や、接種できない理由があるなど、さまざまな方がいます。接種の有無で人を差別することはやめましょう。ワクチン接種は強制ではなく、本人の意思で受けるものです。信頼できる正しい情報を収集し、接種について考えましょう。

## 自分だけでなく周りの人や子どもたちを守るため

子どもたちと接する仕事なので、「感染する・させるリスク」を減らすことができると思っています。友だちのなかには、副反応や妊娠・出産など長期的な影響への不安で「接種を迷っている」という人もいます。SNSなどを見ていると不安になるような情報もありますが、私も副反応は少し不安でしたが、親が医療関係者だったこともあり、親に相談しつつ、最終的には自分自身の判断で、ワクチンを「打つ」ことにしました。

子どもたちと接する仕事なので、「感染する・させるリスク」を減らすことができると思っています。友だちのなかには、副反応や妊娠・出産など長期的な影響への不安で「接種を迷っている」という人もいます。SNSなどを見ていると不安になるような情報もありますが、私も副反応は少し不安でしたが、親が医療関係者だったこともあり、親に相談しつつ、最終的には自分自身の判断で、ワクチンを「打つ」ことにしました。



伊藤 琴音さん (21歳)  
Ito Kotone  
保育教諭

ワクチン接種 全対象年齢の予約を受付中  
新型コロナウイルスのワクチンは、副反応への不安や新しい仕組みのワクチンということもあり、接種を迷っている方もいると思います。ここでは、すでに接種を終えた若い世代の声を紹介しています。みんなで接種について考えましょう。