



# 新型コロナウイルス 感染拡大防止に向けて



## 経験から伝えたいこと～大切な家族、仲間を守るために～

感染拡大を防ぐため5月16日から発令された緊急事態宣言は6月20日に解除され、当別町は感染症対策を段階的に緩和する経過区域に移行しました。緊急事態宣言の期間中、当別町は特定措置区域に指定されたことから、より一層の強い対策を実施し、感染拡大防止の取り組みを進めていました。

緊急事態宣言期間中であった5月22日から26日に、町職員3名の新型コロナウイルスへの感染が確認

されたことに伴い、5月27日午後から6月1日まで役場本庁舎を臨時閉庁し、庁舎内の消毒や職員の健康状態の確認を行いました。幸い、町職員からの感染の拡大は認められず、感染した職員もすでに業務に復帰しています。

今一度、予防意識を高め、感染防止行動を実践していくための一助となるように、今月号では感染者または濃厚接触者となった場合のことをご紹介します。

### 新型コロナウイルス感染体験談

30代男性 無症状の事例

町内で感染した方に状況や感じた事を伺いました。もしもの時の参考としてください。

#### 感染確認に至る経緯

同じ職場内に感染者が発生し、濃厚接触者ではなかったが、念のためPCR検査を受診したところ、陽性が判明。せきや発熱の症状がなかったので、まさか自分が感染しているとは思わなかった。

#### 感染防止対策の取り組みについて

外に出るときは常にマスクをして、手洗いやうがいも必ずしていた。職場への出勤以外の外出は食品の購入などで、不要不急の外出は控えていた。

#### 感染予防のために伝えたいこと

自分の場合は同居の家族もいなく、職場などでも感染が広がることがなかった。職場など自分の周りの人に感染を広げていたら、その人の家族も感染するかもしれない。その人が重症化するかもしれないと考えると怖かった。

感染が広がらなかったのは、常にマスクをしていたおかげかもしれない。症状がなくても自分が感染しているかもしれないという心構えで、他人と接する必要があると思った。

今後も家族や仲間を守るために、手洗いの徹底やマスクを隙間なく着けること、より念入りの感染防止策に努めたい。

# もしも感染者または濃厚接触者となったら・・・

## 感染した場合、いつ元の生活に戻れるの？

新型コロナウイルス感染者の感染力は、発熱等の症状が出てから7日～10日程度経つと急激に低下します。

有症状者の場合は、発症日から10日間経過し、かつ、症状軽快後72時間経過すると元の生活へ戻ることができます（人工呼吸器等による治療を行った場合を除く）。

無症状者の場合は、発症日から10日間経過した場合となります。

※発症日とは、患者が症状を呈し始めた日とし、無症状者又は発症日が明らかでない場合には、陽性確定に係る検体採取日となります。

## 濃厚接触者とはどんな人？

濃厚接触者かどうか判断する上で重要な要素は、①距離の近さ、②時間の長さです。必要な感染予防策をせずに手で触れること、または対面でお互いに手を伸ばしたら届く距離（1m程度以内）で15分以上の接触があった場合は、濃厚接触者と考えられます。

ウイルスがうつる可能性がある期間（発症2日前から入院等をした日まで）に新型コロナウイルス感染者と接触のあった人は、関係性や接触の程度などについて保健所が調査（積極的疫学調査）を行い、個別に濃厚接触者に該当するか判断されます。

## 偏見や差別の根絶を

新型コロナウイルスは、誰もが感染する可能性があります。もし自分や家族、大事な人がかかったら・・・。相手の気持ちになって、いじめや偏見・差別、誹謗中傷をなくしましょう。

### 新型コロナウイルス人権相談窓口

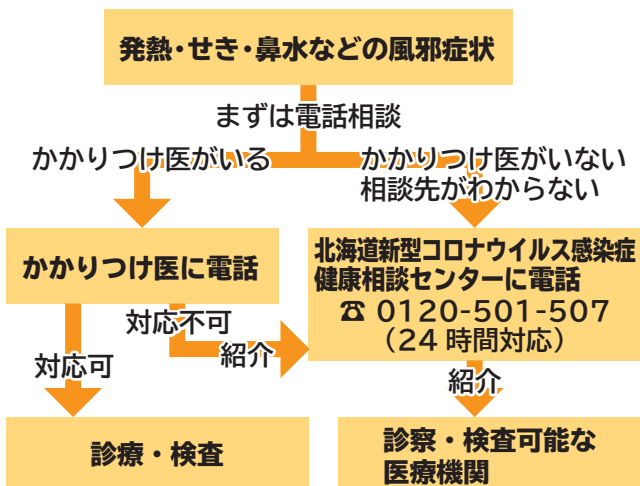
電話：011-206-0497 受付：平日9時～17時  
Eメール cov.jinken@pref.hokkaido.lg.jp

## 感染拡大を防ぐために

- ①マスクを正しく装着しましょう
  - ・鼻と口を確実に覆い、隙間がないように密着させる
- ②人と人の間には、仕切りを設置しましょう
- ③こまめな換気をしましょう
  - ・窓開け換気では、対角線上にあるドアや窓を2か所解放すると効果的
  - ・車の場合も同乗者がいる場合は、運転席側の窓と後部座席左側の窓を開ける
  - ・窓が1つしかない場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の外に向けて設置
  - ・休憩スペースは、こまめに換気し、対面で食事や会話をしない
- ④手指や共用場所を消毒しましょう
- ⑤風邪症状がある場合は、仕事や学校は休みましょう

## 風邪症状のある方は、他の患者や医師・医療従事者への感染を防ぐため、電話で相談ください

### とうべつ版 電話による相談・診療・検査の流れ



受診の際には必ずマスクを着用しましょう

## 少なくとも、以下のいずれかに該当する場合にはすぐに相談ください

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
- 重症化しやすい方<sup>\*</sup>で、発熱やせきなど比較的軽い風邪症状がある場合 ※高齢者や糖尿病、呼吸器疾患（COPD等）のある方や透析をしている方
- 上記以外の方で、発熱やせきなど比較的軽い風邪症状が続く場合 ※症状が4日以上続く場合や、解熱剤を飲み続けなければならない方はすぐに相談ください。
- 妊婦の方も、早めにご相談ください。
- 小児は、かかりつけ小児科医院に相談ください。かかりつけ医が決まっていない場合は、「北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター」へご相談ください。

北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター  
☎ 0120-501-507 通話料無料 24時間対応

■問合せ 保健福祉課健康推進係  
(ゆとろ内 ☎ 23 - 4044)



# 新型コロナウイルスワクチン接種について

当別町では、医療機関での個別接種が始まり、6月4日から高齢者の方への集団接種が始まっています。

接種には、接種券、各自で記入済みの予診票、本人確認ができるもの、お薬手帳（現在服用している薬がわかるもの）をお持ちください。

## かかりつけ医療機関のない方は・・・ 集団接種

### 予約開始状況

75歳以上の方と65歳以上の方で予約開始日を分けています。今回は、まだ予約が済んでいない方全員が予約できるよう接種の数を確保しています。

#### 昭和22年4月1日以前に生まれた方 (令和3年度中に75歳以上になる方)

7月6日(火) 9時から予約受付が始まります。

#### 昭和32年4月1日以前に生まれた方 (令和3年度中に65歳以上になる方)

7月13日(火) 9時から予約受付が始まります。

#### その他の方 (12歳以上65歳未満の方)

7月中旬以降に接種券を発送しますので、もうしばらくお待ちください。なお、以下の方法でワクチンを接種する方については、接種券を交付いたしますので、ワクチン接種対策室までご連絡ください。

- 職域接種でワクチン接種される方
- 東京、大阪に設置されている自衛隊の大規模接種会場でワクチン接種を希望する方
- 基礎疾患を有する方で、町外のかかりつけの病院でワクチン接種の予約が取れた方

### 接種会場・日時

#### 西当別コミュニティセンター

7月17日(土) 9:30～11:30、14:00～16:00  
 7月18日(日) 9:30～11:30、14:00～16:00  
 7月19日(月) 14:00～16:00  
 7月20日(火) 14:00～16:00  
 7月21日(水) 14:00～16:00

#### 当別町総合体育館

#### (総合保健福祉センターゆとろから変更)

7月28日(水) 14:00～16:00  
 7月29日(木) 14:00～16:00  
 7月30日(金) 14:00～16:00  
 7月31日(土) 9:30～11:30、14:00～16:00  
 8月1日(日) 9:30～11:30、14:00～16:00  
 8月2日(月) 14:00～16:00  
 8月4日(水) 14:00～16:00  
 8月5日(木) 14:00～16:00

### 予約方法

予約は接種時間の中で、30分単位で受け付けています。2回目の接種は1回目の予約日時の3週間後の同じ曜日となります。2回目の日程を考慮して予約をお願いします。

#### インターネットから予約

当別町のホームページ、または右のQRコードから予約サイトに入って、必要事項を入力して予約。



#### 予約専用コールセンターから予約

当別町新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター  
**0570-081-892**

【受付時間】9時～17時 土日祝日も対応可能

電話が繋がりにくいことが予想されます。

ワクチン接種を希望する高齢者全員の予約が取れるように、受付の枠を確保していますので、繋がりにくい場合は時間をあけて、かけ直してください。

#### 予約が困難な方の予約受付窓口から予約

インターネットや電話での予約が難しい方に向けて、予約受付窓口を開設します。

すでに送付している新型コロナウイルスワクチン接種のご案内(接種券)を必ず持参してください。

接種券が無いと、予約ができない場合があります。

日時：7月26日(月)、27日(火)

10:00～12:00、14:00～16:00

会場：当別町総合体育館



## かかりつけ医療機関のある方は・・・ 医療機関での個別接種

町内医療機関での個別接種は、**かかりつけの患者**のみ、下の表のとおり受け付けています。

また、ワクチン接種に関する医療機関への電話や直接の来院は、通常診療に支障をきたす恐れがあるため、ご遠慮ください。

町内医療機関	予約受付方法
勤医協当別診療所	専用電話で受付 (木曜日を除く平日14時～16時) 090-2054-8793 080-4503-3127
とうべつ内科クリニック	定員に達したため受付終了
田園通りさわぎき医院	医院から本人へ個別に連絡
とうべつ整形外科	定期受診の方に限り受診の際に受付
ふとみクリニック	定期受診の方に限り受診の際に受付
スウェーデン通り 内科循環器科クリニック	クリニックから本人へ個別に連絡

※6月18日時点の情報のため、変更となる場合があります。

## 住所地以外でも 接種を受けられます

住民票所在地以外で接種を希望する方は、接種を行う医療機関がある市町村で事前に手続きが必要です。

なお、事情によって手続きを省略できる場合がありますので、詳細については、新型コロナウイルスワクチン接種対策室までご連絡ください。

### 住民票所在地以外で接種を受けられる例

- 出産のために里帰りしている妊産婦
- 単身赴任者
- 遠隔地へ下宿している学生
- 入院、入居者
- ドメスティック・バイオレンス、ストーカー行為等、児童虐待及びこれらに準ずる行為の被害者
- 基礎疾患を持つ者が主治医の下で接種する場合  
災害による被害にあった方
- 勾留又は留置されている者、受刑者
- 副反応リスクが高い等のため、体制の整った医療機関での接種を要する場合
- その他市町村長がやむを得ない事情があると認める方

## 基礎疾患のある方は 優先接種を受けられます

基礎疾患のある方は、重症化リスクが高いことから、高齢者の次に優先接種の対象となります。優先接種は別途予約期間を設け、詳細については接種券発送時にお知らせします。事前の登録等は行いません。

### 基礎疾患を有する方の基準

#### 以下の病気や状態の方で、通院／入院している方

- 慢性の呼吸器の病気
- 慢性の心臓病（高血圧を含む）
- 慢性の腎臓病
- 慢性の肝臓病（肝硬変等）
- インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病又は他の病気を併発している糖尿病
- 血液の病気（ただし、鉄血乏性貧血を除く。）
- ステロイド等、免疫の機能を低下させる治療を受けている
- 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
- 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害等）
- 染色体以上
- 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態）
- 睡眠時無呼吸症候群
- 重い精神疾患や知的障害

#### 基準（BMI 30 以上）を満たす肥満の方

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

※ご自身が基礎疾患にあたるかわからない方は、かかりつけの病院にご相談ください。

## お問い合わせ

### 北海道新型コロナウイルスワクチン接種相談センター

内容 ワクチンの副反応等に関すること

電話 0120 - 306 - 154

時間 9時00分～17時30分（平日・土日祝）

### 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

内容 ワクチンの有効性・安全性に関すること

電話 0120 - 761 - 770

時間 9時00分～21時00分（平日・土日祝）

### ■相談・問合せ先

新型コロナウイルスワクチン接種対策室  
(ゆとり内 ☎ 25 - 2667)