



前橋市保健所長
大西 一徳

年末年始を迎え、社会活動を 継続しつつ基本的な感染対策の 徹底と備えを

群馬県内において、11月12日に警戒レベル2が発令された以降も感染の拡大傾向は続き、**第7波の1日あたりの陽性者数を超える状況**となりました。県内の新型コロナ「病床利用率」は70%を超え、特に救急医療においては救急搬送が難しい事案が生じるなど厳しい状況にあります。

本市の新型コロナウイルス感染症の感染者数も増加傾向にあり、また、今冬には新型コロナウイルスと季節性インフルエンザウイルスの同時流行の可能性もあります。

そこで、これまでもお願いしてきたことではありますが、市民の皆さんに再確認していただきたいことが3点あります。

1点目として、行動や外出の制限はありませんが、今後年末年始を迎え、会食等の感染リスクの高まりやすい場面が増え、人の動きが活発になることで更なる感染拡大が懸念されます。

3密となるような場所への外出や大人数・長時間での会食を伴う懇親会などは、感染リスクが高まることから十分注意してください。

2点目として、**オミクロン株対応ワクチンの接種**です。

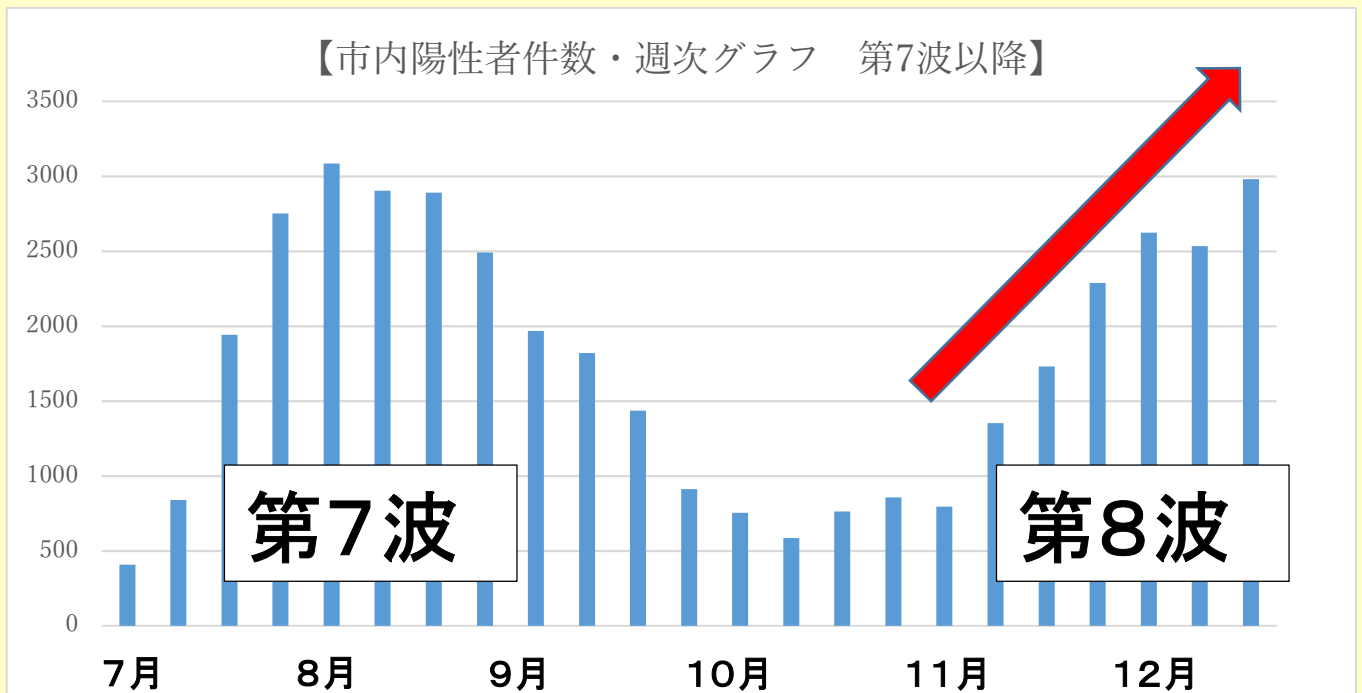
ワクチンを接種することにより重症化を予防する効果があるとされていますので、希望する方は早期に接種をお願いします。

3点目として、**基本的な感染症対策の徹底と備え**です。

とくに、これから寒い時期を迎えますが、**暖房使用中であっても必要な場面では換気**をしてください。

また、年末年始は医療機関の診療体制が通常とは異なるため、**事前に年末年始に受診可能な医療機関を確認**するとともに、**抗原定性検査キットや解熱薬等の事前購入**をご検討ください。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、皆さんのご協力をお願いいたします。



この冬は、ワクチン接種・新型コロナ抗原定性検査キット・解熱鎮痛薬の準備を

! 新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時に流行すると、発熱外来がひっ迫する可能性があります。

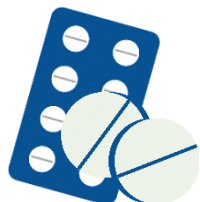
感染が拡大する前の接種をご検討ください



- ・ **新型コロナワクチンの接種**
新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします。
- ・ **インフルエンザワクチンの接種**
65歳以上の方などの定期接種対象者で、接種を希望される方は早めの接種をお願いします。



発熱などの体調不良時にそなえて、早めに購入しておきましょう



- ・ **新型コロナ抗原定性検査キット**
- ・ **解熱鎮痛薬**
かかりつけ薬剤師・薬局にお気軽にご相談ください。



あわせて確認しておきましょう

- ・ **電話相談窓口などの連絡先**
受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、「救急車利用マニュアル」の参照や#7119（救急要請相談）、#8000（こども医療相談）など
その他、生活必需品なども用意しておきましょう。
(体温計・日持ちする食料（5〜7日分）など)



国が承認した新型コロナ抗原定性検査キットを選びましょう

「研究用」ではなく国が承認した「医療用」もしくは「一般用」のキットを使用してください。



国が承認した検査キットの一覧



With コロナにおいて

健康をまもるためにできること

新型コロナウイルス感染症流行下においても、毎日ご自身の体調を確認することは、健康管理の観点で重要です。

健康に関するセルフケアをしましょう



※災害時にも有用です

-準備しておくといもの-

- 体温計
- 薬（常用している薬、解熱鎮痛薬等）
- 検査キット（【体外診断用医薬品】又は【第1類医薬品】と表示）
- 日持ちする食料（5～7日分程度を目安）
- 居住地の健康フォローアップセンター及び受診・相談センター等の情報
- 近隣の診療検査医療機関の情報

検査キットを購入する際の留意点はこちら



健康手帳



健康の保持・増進のために日常から気をつけること
※詳細は健康手帳をご覧ください。

- ✓ 適切な食生活を目指そう
- ✓ 適度な運動をしよう
- ✓ 十分な睡眠をとろう
- ✓ 禁煙しよう
- ✓ お酒と上手に付き合おう

新型コロナ
感染予防情報



引き続き感染予防のために気をつけること

- ✓ 毎日体温を測るなど自己管理をしましょう
- ✓ 手洗い等感染予防対策を徹底しましょう
- ✓ 新型コロナワクチンを接種しましょう

新型コロナ
ワクチン情報



新型コロナの重症化リスクをご存じですか？

◆以下の項目に該当する方は重症化リスクが高いと考えられます。日頃からチェックしておきましょう。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 65歳以上である | <input type="checkbox"/> 妊娠している |
| <input type="checkbox"/> 喫煙歴がある | <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患（COPD等）と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 肥満（BMI30以上） | <input type="checkbox"/> 糖尿病と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 脳血管疾患と診断されている | <input type="checkbox"/> 脂質異常症と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 高血圧と診断されている | <input type="checkbox"/> 慢性腎臓病と診断されている |
| <input type="checkbox"/> がんと診断されている | <input type="checkbox"/> 心血管疾患と診断されている |
| <input type="checkbox"/> 免疫機能の低下の可能性があると診断されている（※） | |

（※）臓器の移植、免疫抑制剤、抗がん剤等の使用その他の事由による

◆各自治体で重症化リスクを示していることがあります。

免疫機能の低下の可能性があると医師から診断されている方。

新型コロナ感染したかと思ったら・・・？ 65歳以上の高齢者など重症化リスクがある方は、 発熱外来を受診しましょう

重症化リスクがない方については健康フォローアップセンターに連絡してすばやく療養を開始することができます

健康フォローアップ
センター情報

