

広報津山10月号の内容は、9月2日現在の情報です。状況により内容が変わる場合があります。新型コロナウイルス感染症の情報は、市ホームページに掲載しています。情報は随時更新しているので、ご覧ください。



## 予防接種で感染症を予防 健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内）☎32-2069

### 10月1日～▶▶インフルエンザ予防接種の費用を助成します

インフルエンザの予防接種の対象者や助成額を拡大しました。申請は不要です。ワクチンは、接種後2週間頃から効き始め、約5カ月間持続します。接種を希望する人は、流行する前に受けましょう。接種できる医療機関など、詳しくは折り込みチラシをご覧ください。お問い合わせください。

#### ●生後6カ月～64歳

助成額 高校生以下=2,000円、64歳以下=1,000円

#### ●65歳以上または60～64歳で身体障害者手帳1級相当の障害（心臓・腎臓・呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害）のある人

自己負担額 1,000円（市県民税非課税世帯が生活保護を受けている人は、申請により無料）

### 10月1日～▶▶ロタウイルスワクチンの予防接種が定期接種になります

ロタウイルスは、急性胃腸炎を起こすウイルスです。一生のうちに何度も感染するウイルスですが、初めて感染したときは、特に重症化しやすく、まれに脳や腎臓に影響を及ぼすこともあります。

対象者は、無料で接種できます。接種できる医療機関など、詳しくはお問い合わせください。

対象 令和2年8月1日以降生まれの人（9月30日までに接種した場合、費用は自己負担となります）

| ワクチン名    | ロタリックス（1価）               | ロタテック（5価）       |
|----------|--------------------------|-----------------|
| 対象者      | 出生6週0日後～24週0日後           | 出生6週0日後～32週0日後  |
| 標準的な接種時期 | 初回接種は生後2カ月に至った日～出生14週6日後 |                 |
| 接種回数     | 2回（27日以上間隔を空ける）          | 3回（27日以上間隔を空ける） |

接種場所 市内の実施医療機関または契約している県内の医療機関（事前予約要）

※接種後（特に1～2週間）は、腸重積症の症状に注意が必要です。次の症状が一つでも出た場合は、接種した医療機関を受診してください（腸重積症の症状例＝突然激しく泣く、嘔吐を繰り返す、便に血が混じる、ぐったりして顔色が悪い、機嫌が良かったり不機嫌になったりを繰り返す）

## 乗って残そう公共交通 みんなで防ごう感染症 一人ひとりの心掛けが大切です

問 商業・交通政策課 ☎32-2081

公共交通は、市民の皆さんの大切な移動手段です。皆さんが安心安全に利用できるよう、新型コロナウイルス感染症の予防対策を行いながら運行しています。

「体調の悪いときは利用しない」「車内ではマスクを着用する」「大きな声での会話は控える」など、安心して利用できるよう一人ひとりが感染症の予防を心掛け、みんなで利用しましょう。



## 戦う相手はウイルスです

問 人権啓発課 ☎31-0088

治療を受けている人やその家族、勤務先、最前線で治療を続けている医療関係者、生活必需品を届けるために仕事をしている配達員などを誤解や偏見、うわさで傷つけている事例が見られます。

戦う相手はウイルスで、人ではありません。不確かな情報や誤った認識に惑わされ、人権侵害につながるような、国や自治体が提供している正しい情報を入手し、冷静に行動しましょう。

## 感染症経済対策 プレミアム付 グルメ券を販売します

問 商業・交通政策課 ☎32-2081

市独自の経済対策として、5,000円で7,000円分の飲食などができるプレミアム率40%のグルメ券を販売します。市内の登録飲食店とタクシー・運転代行で使用できます。

詳しくは、折り込みチラシをご覧ください。

販売価格 1冊5,000円（500円券14枚綴り）

販売・問い合わせ先 津山市都市整備公社（市役所6階）☎32-2126



# インフルエンザなどにも注意 ウイルスから自分を守ろう！ 家族を守ろう！

秋から冬にかけては、インフルエンザなどのウイルスによる感染症の流行に注意が必要です。

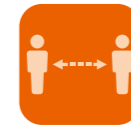
感染症の基本的な予防対策は、新型コロナウイルス感染症の予防にもつながります。予防対策をして、あなた自身とあなたの大切な人を守りましょう。

## できていますか？ 3つの基本



### 手洗い（手や顔を洗う）

- ☑帰宅後はすぐに着替える、シャワーを浴びる



### 人との間隔（できるだけ1m以上空ける）

- ☑買い物は1人か少人数で
- ☑大人数での会食は避けて



### マスクの着用

- ☑マスクがないときは、せきエチケット
- ☑水分補給を忘れずに

感染症に負けないために、「バランスの良い食事」「運動」「睡眠」も重要です。生活習慣を見直してみましょう。



## 新型コロナウイルスやインフルエンザなどへの感染が疑われるとき、かかったとき 家庭で注意したい8つのポイント

### 部屋を分ける

部屋を分けることができないとき

- 2メートル以上の距離を保つ
  - 仕切りやカーテンなどを着ける
  - 寝るときは頭の位置を互い違いにするなど
- ※トイレ、風呂など共有部分の利用は最小限に

### 手で触れる共有部分の消毒

- ドアの取っ手など=0.05%に薄めた家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きする
  - トイレや洗面所=家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒する
- ※タオルなどを共有しない

### 限られた人で世話をする

持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、妊娠中の人などは、できるだけ避ける

### 汚れたシーツや衣服は洗濯

- 洗濯するときは、手袋とマスクを着ける
- 家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かす

### マスクを付ける

使ったマスクを、他の部屋に持ち出さない

- マスクの表面に触れない
- マスクを外したら、石けんで手洗い

### ごみは密閉して捨てる

- 直接触れないよう、ビニール袋などに入れる
- 室外に出すときは、ビニール袋などの口をしっかり縛って出す
- ごみを捨てた後、石けんでしっかり手を洗う

### こまめな手洗い

石けんで手を洗い、アルコール消毒する

### 病院を受診する際は、必ずマスクを着用！

発熱などがあって、かかりつけ医を受診するときは、事前に電話で相談してから受診しましょう

### 定期的な換気

共有部分や他の部屋の換気も忘れない

## 「新型コロナウイルス感染症」についての相談は

津山市新型コロナウイルス感染症対策本部総合相談窓口 ☎32-2062（平日午前9時～午後5時）

■厚生労働省電話相談窓口 ☎0120-565653（フリーダイヤル）、FAX 03-3595-2756（電話・ファクス＝午前9時～午後9時）

■岡山県新型コロナウイルス感染症電話相談窓口 ☎086-226-7877、FAX 086-225-7283（電話＝24時間対応可、ファクス＝平日午前9時～午後5時）

## 「感染したかも」と思ったら

新型コロナウイルス受診相談センター（美作保健所内）☎23-0163、FAX 23-6129（電話＝24時間対応可（時間帯により留守番電話での対応）、ファクス＝平日午前9時～午後5時）