

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

新型コロナウイルス感染患者を特別視しない ～正しい理解を～

感染者や医療従事者とその家族などに対する、偏見や差別につながる行為が問題となっています。新型コロナウイルス感染症は、風邪などと同じで誰でもかかり得る病気であり、感染は特別なことではありません。

① 恐れるべきはウイルス。誰もが感染する可能性がある

感染者は病気になっただけの人。敵は人ではなく、ウイルスです。根拠のないうわさやインターネット上の書き込みなどに惑わされることなく、正しい知識に基づく冷静な行動をお願いします。

② 新型コロナウイルス感染症 = 飛沫・接触感染

新型コロナウイルスは空気感染しないと考えられています。マスクの着用や3密の回避、こまめな換気などにより、感染リスクを減らすことができます。

③ 外出・飲み会 ≠ 悪いこと

外出や飲み会に行くこと自体が悪いことではありません。「新しい生活様式」を取り入れて、日常生活を楽しむことが大切です。発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモしておきましょう。接触確認アプリなどの活用も。

自分もみんなも守るため、 陽性者との接触がわかるシステムを活用しよう

□ 兵庫県新型コロナ追跡システム

お店やイベントなどで新型コロナウイルス感染者の利用が判明した場合、同じ日に利用した人に県から通知が届きます。 詳細は [兵庫 コロナ 追跡 | 検索](#)



□ 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」

陽性者と接触した可能性がわかるアプリ。陽性者と1m以内15分間近接した可能性がある場合、通知が届きます。 詳細は [厚生労働省 COCOA | 検索](#)



[問] 新型コロナウイルス専用健康相談窓口
(☎322-6250 ㊦391-5532)

今年はインフルエンザの予防接種を 早めに受けて欲しい人がいます



インフルエンザと新型コロナウイルスは、検査をせずに見分けることは困難です。医療機関の逼迫を防ぐためにも、インフルエンザの感染・重症化予防を徹底してください。重症化リスクの高い人は、早めに予防接種を受けましょう。

① 10月1日(木)から優先接種

65歳以上の高齢者、60歳以上で心臓や呼吸器などに障害がある人(定期接種対象者)

② 10月26日(月)から優先接種

基礎疾患のある人、乳幼児から小学2年生までの子ども、妊婦、医療従事者(その他の人も接種可)

[問] 予防衛生課 (☎322-6788 ㊦322-6763)

外出してフレイルを予防しましょう

新型コロナウイルス感染症を心配しすぎるあまり、自宅に引きこもって人と会うことを避けていると、フレイルになるリスクが高まります。新しい生活様式を取り入れて、メリハリのある生活を送りましょう。

※フレイルとは、年齢とともに心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい状態のこと



◎ フレイルを予防するために

- バランスの良い食事を取りましょう
- ウォーキングやストレッチなどで体を動かしましょう
- 外出して友人や近所の人と話すなど、人とのつながりを持ちましょう

[問] 介護保険課 (☎322-6325 ㊦322-6047)

新型コロナウイルス専用健康相談窓口



☎ 322-6250 ㊦ 391-5532 (24時間土日祝含む)

□ 咳やのどの痛みなどの風邪症状があり、新型コロナウイルスの感染を心配されている人はご相談ください。

□ 以下のいずれかに該当する人は、すぐにご相談ください。

- 息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状のいずれかがある人
- 高齢者や基礎疾患のある重症化しやすい人で、発熱や咳、のどの痛みなどの比較的軽い風邪の症状のある人
- 発熱やせき、のどの痛みなど比較的軽い風邪症状が続いている人

※ 上記以外でも、予防・感染症に関する相談のある人はご相談ください