

新型コロナワクチン接種 4回目接種券について

新型コロナワクチンの4回目接種は、3回目接種後5ヶ月経過した、「60歳以上の方」および「18歳から59歳の基礎疾患等がある方」を対象に始まっています。

60歳以上の方	手続き不要（接種券をお送りします） 3回目接種後、5ヶ月が経過した60歳以上の方に順次送付します
18～59歳の方	申請が必要（接種券の発行申請が必要です） 申請できる方 （※詳細は下記をご参照下さい） ①基礎疾患がある方 ②医師に、感染した場合に重症化リスクが高いと認められた方 申請方法 ※以下のいずれかの方法で申請して下さい。 ①接種券発行申請書【4回目接種用】の提出（提出先：保健福祉課） ②電話による申請 ☎ 0778-47-3012（コロナ相談専用ダイヤル）

※基礎疾患がある方

1. 以下の病気や状態の方で、通院・入院している方

(1) 慢性の呼吸器の病気 (2) 慢性の心臓病（高血圧を含む。） (3) 慢性の腎臓病 (4) 慢性の肝臓病（肝硬変等） (5) 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 (6) 血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く。） (7) 免疫の機能が低下する病気（治療や緩和ケアを受けている悪性腫瘍を含む） (8) ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている (9) 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患 (10) 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） (11) 染色体異常 (12) 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態） (13) 睡眠時無呼吸症候群 (14) 重い精神疾患（精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、又は自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する場合）や知的障害（療育手帳を所持している場合）

2. 基準（BMI 30以上）を満たす肥満の方

BMI30以上の目安は、身長170cmの場合は体重約87kg、身長160cmの場合は体重約77kg

※BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

※新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師に認められた方
かかりつけ医にご相談ください。

■問合せ 保健福祉課 ☎ 0778-47-8007

熱中症にご注意ください！！

近年、熱中症による死亡者や救急搬送者が増加しています。正しい対処法や予防法を知ることによって防ぐことができます。以下のことに注意して、熱中症を予防しましょう。

- ① 暑さを避ける
 - ・ エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整する
 - ・ 暑い日や暑い時間帯は無理をしない
- ② 適宜マスクをはずす
 - ・ 気温や湿度が高い中でのマスク着用は要注意
 - ・ 周囲の人と十分な距離を確保できる場合には、マスクをはずす
- ③ こまめに水分補給
 - ・ のどが渇く前に水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給
 - ・ 1日あたり1.2リットルを目安に
- ④ 日頃から健康管理
 - ・ 日頃から体温測定、健康チェック
 - ・ 体調が悪く感じた時には、無理せず自宅で静養
- ⑤ 暑さに備えた体づくり
 - ・ 3食きちんと食べよう
 - ・ 夜更かしせず、睡眠をとろう

熱中症警戒アラートをチェックしよう！

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高いと予想される日に、都道府県ごとに発表されます。発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の熱中症予防行動を積極的にとりましょう。

■問合せ 保健福祉課 ☎ 0778-47-8007