



感染症に気をつけましょう!!

インフルエンザが流行しています。新型コロナウイルス感染症と同時流行していますので、感染症予防に留意してください。

年末年始にかけて、人の動きが多くなります。感染症を予防する生活・行動を心掛けましょう。

手洗いとうがい

接触感染を避けるため、外出後や食事前などにはうがい・手洗いを徹底しましょう。



マスク着用と咳エチケット

飛沫感染を防ぐ効果があります。咳やくしゃみをする際は、ティッシュや上着の袖で覆うようにしましょう。



食事と睡眠

栄養が偏っていたり、睡眠不足が続くことにより免疫機能が低下し、ウイルスが身体に侵入しやすくなります。バランスの良い食事と睡眠をとりましょう。



加湿・換気

空気が乾燥していると、のどや気管支の防御機能が低下します。また、空気の循環が悪くなると感染のリスクを高めます。ウイルス感染が起こりやすい環境をつくらないように意識しましょう。



人混みを避ける

たくさんの方が集まる場所では、知らないうちに感染者と接触してしまう可能性があります。人混みはできるだけ避けるようにしましょう。



予防接種

予防接種には、ウイルス感染による発症を抑制し、重症化を防ぐ効果があります。特に、感染による合併症を起こしやすい高齢者や持病のある方等は受けておくことで安心です。



新型コロナウイルスワクチン接種の予約はお早めに!!

令和5年度新型コロナウイルスワクチン 秋冬接種を希望する方は、早めに予約を行ってください。
※無料での接種は今回が最後になります。接種をご希望の方は、下記相談窓口にご予約のうえ、2月末までに接種を完了してください。

こどもの新型コロナウイルスワクチン接種を再開します

○乳幼児用（6ヵ月～4歳）

○小児用（5歳から11歳）

初回接種、追加接種を令和6年1月より小児科（赤ちゃんからの平山こどもクリニック・ちさこ赤ちゃんこどもクリニック）で予定しています。

接種を希望される方は、下記相談窓口にお問い合わせください。



予約・お問合せ

健康推進課 コロナワクチン相談窓口 ⑧⑨番窓口 TEL 22-3830