

## インフルエンザ予防接種のご案内

今冬は、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されており、インフルエンザの発症および重症化の予防をすることが重要です。

効果が出るまで2～4週かかることから、接種を希望される方は12月中旬までに接種しましょう。



＜予防接種回数＞ 13歳以上…1回接種、13歳未満…2回接種（4週間隔）

医療機関名	接種可能年齢	予約	接種曜日・時間
名寄市立総合病院 予約センター (13:30～17:00) ☎01654③0489	生後 6か月以上	成人 …予約なし	・通院中の方…各科で随時接種 ※各外来窓口であらかじめ看護スタッフに申し出て下さい ・予防接種のみの方…総合内科で接種 月～金曜日 (8:30～11:30)
		小児科 …要予約	火・木曜日 (14:00～) ※2日前16:00までの予約が必要
名寄市風連国民健康保険診療所 ☎01655③2545	1歳以上	※予約なし	月～金曜日 (9:00～11:30) (13:00～16:00) ※午後から医師不在の日があるため要確認 日曜接種日…11月8日、12月6日 (9:00～11:30、13:00～15:30)
名寄東病院 ☎01654③2188	1歳以上	※予約なし	月・火・水曜日 (13:30～16:00)
名寄三愛病院 ☎01654③3911	中学生以上	※予約なし	月～金曜日 (9:00～11:30) (13:00～15:00)
吉田病院 ☎01654③3381	1歳以上	※要予約	月～金曜日 (14:00～16:00)
片平外科・脳神経外科 ☎01654③3375	小学生以上	※小学生のみ要予約	月・火・木・金曜日 (8:30～11:30) (13:00～16:30) 水・土曜日 (8:30～11:30)
名寄中央整形外科 ☎01654③2006	高校生以上	※予約なし	月～金曜日 (8:30～11:30) (13:00～16:00) 第2・4木曜日と土曜日 (8:30～11:30)
たに内科クリニック ☎01654③1223	中学生以上	※予約なし	月・火・木・金曜日 (12:30～15:00)
あべクリニック ☎01654④7011	13歳以上	※直接お問い合わせください	

※接種開始日などについては、各医療機関にお問い合わせください。

### 「北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター」

北海道では、新型コロナウイルスに感染した疑いのある方を診療体制の整った医療機関に確実につなぐための「帰国者・接触者相談センター」と、「感染症に関する一般相談」の電話番号を全道で統一し、新たに「北海道新型コロナウイルス感染症 健康相談センター」としました。

☎0800-222-0018 (フリーコール) 24時間相談窓口

## 高齢者の予防接種助成について (本市に住民登録のある方が対象となります)

高齢者を対象とした2つの予防接種について紹介します。いずれも接種料金の助成があります。

	インフルエンザ予防接種	肺炎球菌予防接種
対象	接種日当日に満65歳以上の方	年度内において65歳以上になる方で、過去に23価肺炎球菌予防接種を受けたことがない方
	60歳以上65歳未満で、次のいずれかに該当する場合は、主治医にご相談ください。 ①心臓、腎臓または呼吸器の機能に障がいがある。②ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがある。	
助成額	1,200円 (自己負担は2,300円) ※令和2年10月～令和3年2月末の期間中、1回のみ助成となります。 ※生活保護世帯で対象者に当てはまる方は全額助成。	5,400円 (自己負担は3,500円) ※1人につき生涯1回限り ※生活保護世帯で上記対象者は全額助成。 ※助成の手続方法 事前に接種券の申請のため、身分証明になるもの(健康保険証または運転免許証など)をお持ちの上、保健センターまたはふうれん健康センター(月曜午前受け付け)へお越しください。
	<<委託医療機関>> ①名寄市立総合病院 ②風連国民健康保険診療所 ③名寄東病院 ④名寄三愛病院 ⑤吉田病院 ⑥片平外科・脳神経外科 ⑦名寄中央整形外科 ⑧たに内科クリニック ⑨あべクリニック	

※施設入所や入院などにより、委託医療機関以外で接種を受ける場合は、事前に申請が必要ですので、保健センターにお問い合わせください。  
(申請なく受けた場合は、助成対象にはなりませんので、ご注意ください。)

## (令和2年10月1日から) ロタウイルスワクチンの定期接種が始まります

これまで任意接種(有料)だったロタウイルス予防接種が定期接種(無料)となります。

### ◆ロタウイルス感染症とは…

ロタウイルスによって引き起こされ、突然の激しい嘔吐、白っぽい水のような下痢を繰り返すのが特徴的な症状です。乳幼児が感染しやすく、5歳ごろまでにほぼすべての子どもが感染するといわれています。多くは特に治療をしなくても自然に1週間程度で治りますが、脱水症状を引き起こす場合には、点滴や入院治療が必要となる場合があります。そのため、ロタウイルスワクチンの接種を受け、感染予防・重症化予防をすることが大切です。

### ◆定期予防接種の対象者と開始時期について

○対象者：接種当日に名寄市に住民登録がある令和2年8月1日生まれ以降のお子さん  
対象者には、こんにちは赤ちゃん訪問などで個別にご案内します。

○定期接種開始日：令和2年10月1日～

※令和2年8月1日以降に生まれたお子さんが9月30日以前に接種した場合は任意接種(有料)となり、費用は自己負担となります。

※令和2年7月31日以前に生まれたお子さんは、令和2年10月1日以降に接種しても、任意接種(有料)となります。

### ◆委託医療機関(要予約)

名寄市立総合病院/風連国民健康保険診療所/名寄三愛病院

### ◆接種方法

経口接種(飲むワクチン)

※他のワクチンと同時接種(最大4種類まで)が可能です。医療機関により同時接種の種類が異なりますので、詳しくは保健センターにお問い合わせください。



### 申し込み・問い合わせ

保健センター(西2北5)

☎01654②1486

FAX 01654②7267

開館 8時45分～17時30分

休館 土・日・祝日・年末年始

ふうれん健康センター

(風連町本町76)

☎01655③2373

開館 9時～12時(月曜のみ)

### 休日当番医 急患に限ります

10月4日 名寄市立総合病院

☎01654③3101

11日 名寄三愛病院

☎01654③3911

18日 片平外科・脳神経外科

☎01654③3375

25日 吉田病院

☎01654③3381

11月1日 名寄東病院

☎01654③2188

なよろ眼科

☎01654③0746

…救急医療情報案内…

フリーダイヤル

☎0120(20)8699

### 子育て保健事業

についてのおしらせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため休止していた乳幼児健診は、感染防止に配慮し、再開しています。

対象の方には、個別に連絡します。

なお、子育てに関する相談などは随時お電話で受け付けています。

## .....第33回なよる健康まつりの開催について

例年11月の第2土曜日に開催し、多くの市民の皆さまに参加いただいている「なよる健康まつり」は、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を講じるのが難しいため開催を見合わせ、名寄市こころの健康づくり講演会を代替えとさせていただきますので、ご了承ください。

## .....令和2年度名寄市こころの健康づくり講演会を開催します

長引く新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、先が見えない不安や感染予防のための「新しい生活様式」を取り入れた生活スタイルに、さまざまなストレスを感じているという方も多いのではありませんか？

私たちはコロナ禍の生活をどのように過ごし、どう対処したらよいのでしょうか？

精神科医であり、名寄保健所長として新型コロナウイルス感染症対策にご尽力されている三浦寛高氏を講師にお迎えし、こころの健康を保つためのポイントをご講演いただきます。感染予防対策を講じながら開催いたしますので、事前にお申し込みの上、是非ご来場ください。

- ◆と き 令和2年11月14日(土) 10:30~11:30 (開場 10:10~)
- ◆ところ 名寄市民文化センター EN-RAYホール(西13南4)
- ◆内 容 「コロナ禍におけるこころの健康について」
- ◆講 師 北海道上川総合振興局保健環境部名寄地域保健室  
室長 三浦 寛高 氏 (名寄保健所長)
- ◆参加費 無料(事前申込制)
- ◆申込期限 11月2日(月)までに保健センターへ申し込みください。
- ◆申し込み・問い合わせ 名寄市保健センター  
☎01654②1486



※感染予防対策のため、会場での検温・マスクの着用にご協力ください。



## タッチケアサロンのご案内

赤ちゃんとの触れ合いを通し、育児や生活の情報など、お茶を飲みながら気軽にお話しませんか？

- ◆と き 10月13日(火)、27日(火) 14:00~15:30
- ◆ところ 市立大学 2号館 2階静養室
- ◆内 容 タッチケア(マッサージ)、茶話会、育児相談 など
- ◆対 象 2~12カ月までのお子さんと保護者、妊娠中の方
- ◆持ち物 バスタオル、ベビーオイルやローション(使用している方)
- ◆講 師 日本タッチケア協会認定指導者  
市立大学 保健福祉学部 看護学科  
教授 笹木葉子 / 准教授 加藤千恵子 / 助教 渡邊友香
- ◆申し込み・問い合わせ  
市立大学 笹木研究室  
☎01654②4194 内線(5303)

✉touchcare@nayoro.ac.jp

※件名は「タッチケア」で送信してください。※送信後このアドレスからのメールを受信できるようにしてください。

