



# 市長ですこんにちは

特別版

8月以降、爆発的感染が続いています。病床使用率も高まっているため、発熱外来へは、症状が軽い方・無症状者はできるだけ来訪を避け、高齢者や重症者、基礎疾患を有する方へ特化した診療へ移行していく必要があります。

このため、スマホなどからいつでも医師や薬剤師などに無料で相談できるアプリ「HELPO」を導入しています。希望する方はどなたでも登録でき、リアルタイムに発熱への対処や薬の相談ができます。登録者本人だけでなくご家族についての相談もできますので、さまざまな場面でご利用ください。

他方、スマホやSNSに不慣れな方もおられます。そのため、状況に応じて情報をチラシ(\*)で配布しています。全戸配布のほか、さまざまな施設に置いてあります。お立ち寄りの際にはお持ち帰りください。



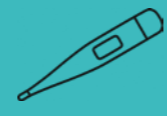
## チラシ・ポスターの配置場所

各支所・市民サービスセンター・地区保健福祉センター・公民館、市との地域活性化包括連携協定締結先(マルト様、ヨークベニマル様、東邦銀行様、ひまわり信用金庫様、いわき信用組合様、セブンイレブン様、イオンモール様)  
※店舗によって配置されている種類は異なります。

# コロナ禍の今を生きる

「もしかして、コロナかも？」と不安に思うことが日常になりつつある昨今。長引くコロナ禍の今を生きる私たちの不安や疑問をまとめました。

## 「コロナかも？」と思ったら



■なんだか体調が悪い……

軽症で、市販薬などで対処可能な場合は県の検査キットを使用して感染の有無を調べましょう。高齢者や持病がある方など重症化リスクが高い方はかかりつけ医などの医療機関で検査

してください。

■私、濃厚接触者かも？

同居家族や会食をした人などが陽性者になった場合は、5日間は自宅待機をしましょう。体調が優れないときは検査または受診をしましょう。

## 医療ひっ迫を防ぐ！HELPOを使おう



健康についての「ちょっと困った」に対応するHELPO。医療ひっ迫を防ぐための有効手段として、新型コロナウイルス関連の相談にも対応します。

■主な機能

▼オンライン健康相談

アルタイム対応のチャット形式で24時間365日相談可能  
▼医療機関検索 オンライン健康相談で医療機関の受診を勧められた場合、症状に応じた診療科を案内

■想定される利用シーン

▼事例① 夜間に急に熱が出た。病院へ行くべきか聞きたい  
▼事例② 濃厚接触者で自宅待機中。不安な気持ちを相談したい  
▼事例③ コロナに似た症状が出ている。市販薬を飲んでいいか聞きたい

詳しい内容は  
こちらから▼



## コロナ関連 Q & A

### Q1 検査はいつ行うのがベスト？

A1 症状が初めて出た次の日に行いましょう。発症当日の検査は、感染していても陰性となることがあります。

### Q2 県の検査キットはどこでもらえるの？

A2 県で配布する「抗原定性検査キット」はインターネットまたは電話で申し込みができます。



※この検査で陽性反応が出た方で症状が軽い人などは県陽性者登録センターで認定登録ができます。

申込先▶ ☎0120-941-546

### Q3 県の検査キットを使える人はどんな人？

A3 発熱やせき、喉の痛みなどの症状がある方と濃厚接触者が対象です。無症状の方で検査を受けたい場合は、県の無料検査を利用してください。

問い合わせ先▶ ☎024-524-5530 (月~土曜日 9時~17時)

### Q4 陽性者と濃厚接触者の待機期間を教えてください！

A4 発症日・検査日、陽性者と最後に会った日を起点日(0日目)として陽性者は原則7日間、濃厚接触者は5日間です。

陽性者(症状有)	発症日から7日間
陽性者(無症状)	検査日から7日間 (※陰性確認で5日に短縮)
濃厚接触者	最終接触日から5日間 (※Q5)

### Q5 濃厚接触者で待機期間が3日になることがありますと聞きました。

A5 自宅待機を開始して2日目か3日目に医療用の抗原定性検査を行い、陰性反応が出た場合のみ、3日目から自宅待機を終了できます。

### Q6 一人暮らしで陽性。食料を買いに行けない。どうしたらいい？

A6 希望者には食料の配送を行っています。県から陽性者へ届くフォローアップメールから申請してください。  
※65歳以上の方へは電話で聞き取りを行います。

※記事の内容は、9月15日時点のものです。

# あの日を忘れない

## ～令和元年東日本台風から3年～

いつ、どこで大災害が起きてもおかしくない時代です。

3年前の経験も踏まえ、いわき市では関係機関と連携し、常設避難所の整備、河川の掘削、防災マップ・津波ハザードマップの改訂、災害ごみ処理の計画づくり、要支援者の個別支援計画づくり、物資運搬シミュレーションなどを進めてきました。

あのときの悲惨な経験を「教訓」とし、皆様と一緒に「逃げ遅れゼロ」「災害死ゼロ」のまちを目指しましょう！

いわき市長 内田 広之



いつ、どこで大災害が起きてもおかしくない時代です。3年前の経験も踏まえ、いわき市では関係機関と連携し、常設避難所の整備、河川の掘削、防災マップ・津波ハザードマップの改訂、災害ごみ処理の計画づくり、要支援者の個別支援計画づくり、物資運搬シミュレーションなどを進めてきました。あのときの悲惨な経験を「教訓」とし、皆様と一緒に「逃げ遅れゼロ」「災害死ゼロ」のまちを目指しましょう！

いつ、どこで大災害が起きてもおかしくない時代です。3年前の経験も踏まえ、いわき市では関係機関と連携し、常設避難所の整備、河川の掘削、防災マップ・津波ハザードマップの改訂、災害ごみ処理の計画づくり、要支援者の個別支援計画づくり、物資運搬シミュレーションなどを進めてきました。あのときの悲惨な経験を「教訓」とし、皆様と一緒に「逃げ遅れゼロ」「災害死ゼロ」のまちを目指しましょう！

### 河川の復旧状況

令和元年東日本台風で被災した夏井川と好間川の復旧状況は、県いわき建設事務所ホームページでお知らせしています。現在、夏井川は14工区、好間川は3工区に分け、掘削工事や護岸工事などを精力的に実施しています。

同事務所が作成しているパンフレット等については、市内のスーパーマーケットなどに掲示しています。



お問い合わせ  
県いわき建設事務所  
河川砂防課  
☎35-6045

### コロナ禍の今を生きる



# オミクロン株 対応ワクチンの接種

市内の全ての接種会場で、オミクロン株に対応した新しいワクチンの接種が始まりました。

#### 新しいワクチンの特徴

成分  
— オリジナル株（武漢株）とオミクロン株（BA.1）の両方の感染症に対する予防効果がある2価ワクチンです。

#### 効果

海外の臨床試験では、4回目新しいワクチンを接種した人は、同じく4回目に従来型ワクチンを接種をした人と比べて、新型コロナウイルスに対する中和抗体（ウイルスの感染力または毒素の活性を中和できる抗体）の量が1・56倍、1・75倍だったとの結果が報告されています。

#### 接種対象者

2回目以上の接種が完了した12歳以上の方が対象です。最後の接種日から5カ月経過後に接種できます。

#### 接種券

すでにお持ちの方はお手元の接種券で、予

### Attention

#### オミクロン株対応ワクチンの接種体制

会場	ワクチン
個別接種 (約120カ所の病院・診療所)	新ファイザー (12歳以上)
大規模個別接種 (ゆつたり館)	
集団接種 (いわきグリーンベース)	新モデルナ <sup>①</sup> (18歳以上)

#### ①新モデルナのワクチンを希望する方

新モデルナのワクチンは、集団接種でのみ行なっています。すでに個別接種の予約をしている方で新モデルナを希望する方は、予約システムまたはコールセンターで変更手続きが必要です。  
※医療機関で直接予約をした方は、医療機関へ連絡してください。

#### インフルエンザワクチンとの同時接種

新型コロナウイルスワクチンとインフルエンザワクチンは、同じ日に接種することができます。同時接種を希望する方は、医療機関に相談してください。

約・接種ができます。※接種券を紛失した方は、コールセンターで再発行手続きをしてください。まだ発行されていない方  
最後の接種日が早い方から順次接種券を発送していきます。接種券が届き次第、予約ができます。

#### 小児（5～11歳）のワクチン接種

小児に対する3回目の接種が始まっています。使用するワクチンは、1・2回目と同じワクチンです。接種券は、2回目の接種が早い方から順に発送しており、接種券が届き次第、予約ができます。

#### 小児のワクチン接種が努力義務に

オミクロン株に対する小児のワクチン接種の有効性や安全性などのデータを踏まえ、1回目から3回目までのワクチン接種が努力義務になりました。接種の可否はこれまで同様、お子さん本人や保護者の判断となりますが、未接種の方は、ぜひ接種を検討してください。

#### 各種問い合わせ先

②・③ページに掲載のHELPOについて  
▶スマート社会推進課 ☎22-7473  
(8時30分～17時15分)

#### ①ワクチンに関すること

▶ワクチン接種コールセンター ☎0120-053-500  
(9時～17時)  
②ワクチン以外の新型コロナウイルスに関する相談など  
▶受診・相談センター ☎0120-567-747 (24時間)

※記事の内容は、9月15日時点のものです。国の方針変更などで内容が変わる場合があります。