



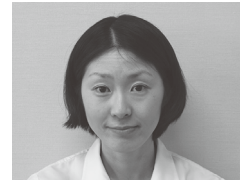
マスクの着けどき、外しどき

新型コロナウイルス感染拡大防止対策の「マスク着用」についてが見直しがなされました。しかし、マスクは不要、マスクは無意味ということではありません。マスクには感染リスクを減少させる効果があります。特に風邪症状があるとき、濃厚接触者に該当するときなどはマスクをしっかりと着用しましょう。

一方でマスク着用時は、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、体に負担がかかります。熱中症の発生が多いこの時期、マスク着用によりそのリスクは高まります。屋外などマスクを外せる場面ではマスクを外すようにしましょう。こまめな水分補給、涼しい服装、暑い時間帯の外出を避けるなど基本的な熱中症対策も忘れないでください。

また、子どもたちにとってもマスク着用は「日常」となっており、大人以上に他人の目を気にしています。息苦しかったり熱かったら、マスクを外してよい、という声かけでは子どもたちはマスクを外しません。子どもたちに判断を委ねるのではなく、マスクを着けるのか外すのか、周りの大人が指示すべきです。

マスクだけでなく、新型コロナウイルス感染症に関することは日々変化しますので、最新の情報を確認してください。



長浜赤十字病院 第二小児科部長 清水 恭代 先生

9月の基本健康診査およびがん検診等日程(要予約)

実施日	会場	基本健康診査	胃がん	大腸がん	肺がん	乳がん	子宮頸がん	骨粗しょう症
9月10日(土)	米原市役所本庁舎	●	●	●		●	●	
9月11日(日)		●	●	●	●	●	●	
9月12日(月)		●	●	●				
9月16日(金)	山学びあいステーション	●	●	●		●	●	●
9月17日(土)		●	●	●	●	●	●	
9月18日(日)		●	●	●	●	●		
9月20日(火)	近江学びあいステーション	●	●	●	●			
9月21日(水)		●	●	●	●	●	●	
9月22日(木)		●	●	●		●	●	
9月27日(火)	伊吹地域福祉センター 愛らんど	●	●	●	●			
9月28日(水)		●	●	●	●	●	●	

受診を希望する人は、必ず事前に健康づくり課へお申し込みください。

※令和4年度から特定健康診査の受診料は無料になりました。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクを着用して来所してください。

また、会場内の混雑を避けるため、受付時間の厳守にご協力ください。

※9月21日の託児は定員に達しました。

今後の日程はこちらから▶



予防接種を受けましょう!(無料)

乳幼児期に受けた予防接種は、時間が経過するにつれて効果が低下していきます。適切な時期に接種を行い、感染症から体を守りましょう。

ワクチンの種類	接種回数	対象
二種混合(ジフテリア・破傷風)	1回	11歳~13歳になる前日
麻疹風しん混合(第2期)	1回	小学校に入学する前の1年間(年長児)
日本脳炎	1期:2回(初回) 1回(追加) 2期:1回	1期:生後6カ月~7歳6カ月になる前日(通常3歳から) 2期:9歳~13歳になる前日

※平成14年4月2日~平成21年10月1日に生まれた人で、日本脳炎予防接種の差し控えにより、接種できなかった人は、特例措置として接種機会が確保されています。

詳しくは、健康づくり課へお問い合わせください。

場所: 米原市、長浜市内の指定医療機関

持ち物: 母子健康手帳、健康保険証や診察券、委任状(保護者が同伴できない場合)

申し込み: 医療機関へ直接予約

健康教室「睡眠について」

日時 8月4日(木) 13時30分~

場所 米原市役所 本庁舎 コンベンションホール

講師 滋賀医科大学 精神医学講座 特任教授

市立長浜病院 角谷 寛 先生

問 湖北医師会 ☎0749-65-3600

予約不要

8月の救急医療

一休日に具合が悪くなったとき

休日の内科・小児科の救急医療は、当番制で対応しています。感染症対策のため、受診前に必ず電話連絡をし、マスクの着用・健康保険証・お薬手帳・母子健康手帳などをお忘れなく。

医療体制		8/7(日)	8/11(木・祝)	8/14(日)	8/21(日)	8/28(日)
第一次医療体制(比較的軽症など)	長浜米原休日急患診療所 (長浜市宮司町1181-2 ☎0749-65-1525) 受付時間 8時30分~11時30分 12時30分~17時30分	○	○	○	○	○
第二次医療体制(重症など)	診療時間 8時30分~翌朝8時30分	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤
	子どもの場合	日赤	日赤	日赤	日赤	日赤
	上記以外	市民	日赤	市民	日赤	市民

小児救急電話相談 短縮ダイヤル#8000 ☎077-524-7856

●相談日時 平日・土曜日 18時~翌朝8時/日曜日・祝日 9時~翌朝8時

●対象者 県内在住の15歳以下のお子さんとその家族

こどもの救急ウェブサイト URL <http://kodomo-qq.jp/>

日赤 ...長浜赤十字病院

市民 ...市立長浜病院