



主な内容

- ワクチン接種後も感染対策を……………2
- ワクチン接種でリスクが減少……………3
- 発熱などの症状がある時は……………4

発行／松戸市 健康福祉政策課

〒271-8588 松戸市根本387の5

☎047-704-0055 FAX047-704-0251

URL <https://www.city.matsudo.chiba.jp/>

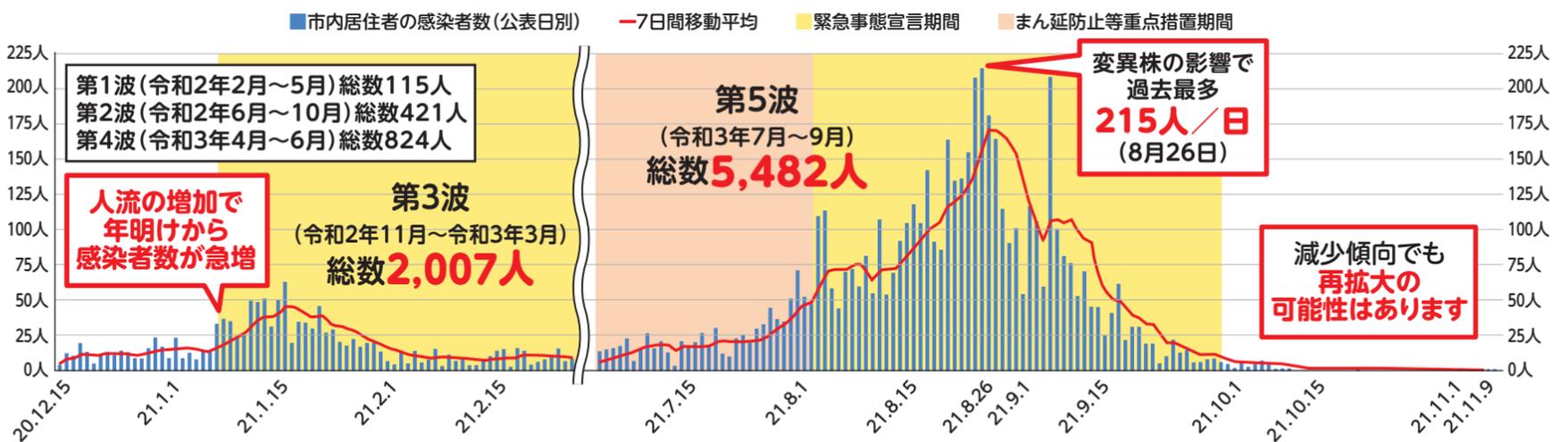


新型コロナウイルス感染症の再拡大を防ぎましょう!

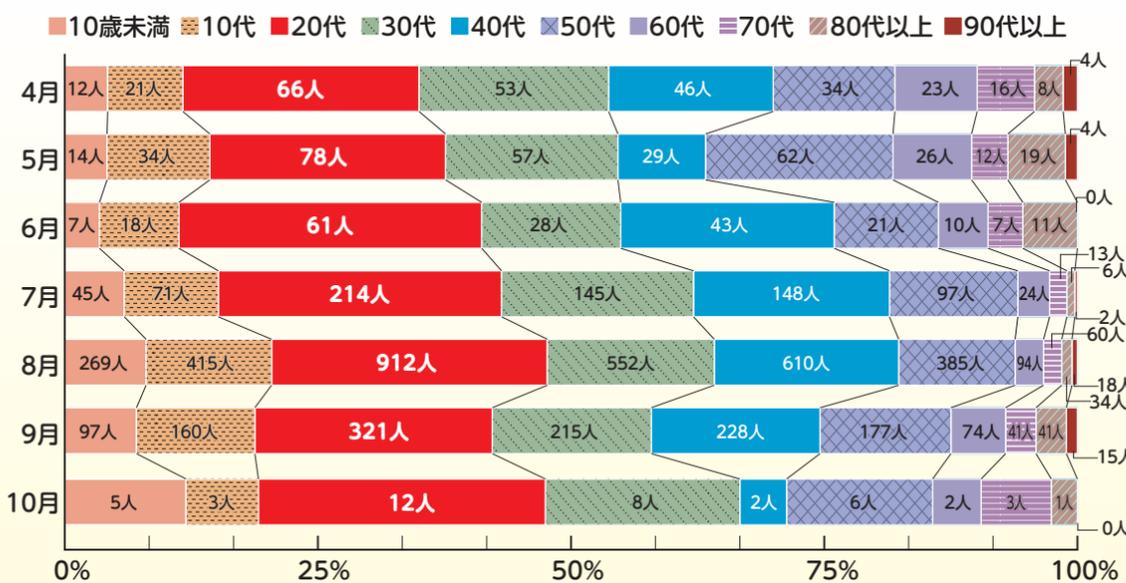


新型コロナウイルスのワクチン接種が進み一定の効果が現れていますが、依然として感染者は発生しています。昨年の冬は年末年始の行事や帰省などで人流が増加し、年明けから感染者が急増しました。(第3波) また、今年の夏は感染力の強い変異株の影響により、市内でも過去最多の感染者が発生しました。(第5波) 今年の冬は、年末年始の人流の増加や変異株の影響が重なると、これまで以上の感染拡大が懸念されます。改めて基本的な感染対策を徹底し、感染の再拡大を防ぎましょう。

これまでの市内感染者数の推移(令和3年11月9日時点)

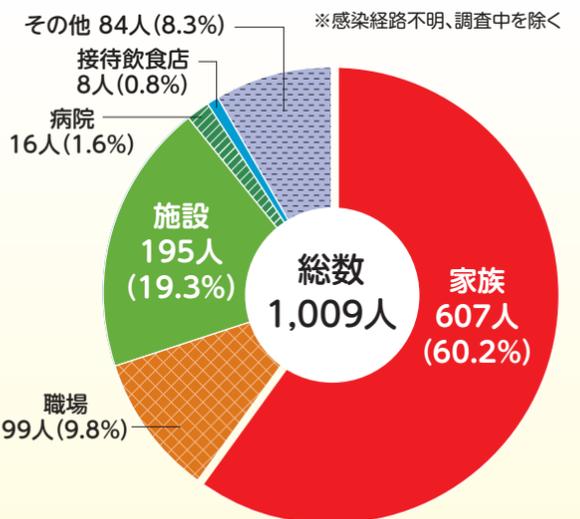


月別・年代別の市内感染者の割合(令和3年10月31日時点)



感染者の年代別の割合をみると、20代を中心とした若い世代の割合が高くなっています。6月以降は高齢者世代の割合が減少し、9月以降は若い世代の割合も減少が見られました。10月は感染者数が大幅に減少し、ワクチン接種による効果が現れていると考えられます。

市内の感染経路の傾向(令和3年10月31日時点)



判明している感染経路では、家族などの同居している人からの感染が多くなっています。家庭内にウイルスを持ち込まないよう、引き続き基本的な感染対策を行うことが重要です。

※令和3年4月1日から10月31日までの期間に千葉県が公表した感染者情報を基に作成



感染者などの最新の情報は市ホームページをみてね!

松戸市お知らせキャラクター「まっまつ」

松戸市 コロナ感染者

検索



市ホームページ

感染対策やワクチン接種の詳細については2面以降をご覧ください!

ワクチンを接種しても**感染対策は必要です**

新型コロナウイルスのワクチン接種が進んでいますが、接種しても感染する可能性があり、海外では感染が再拡大している国もあります。ワクチンには発症や重症化を予防する高い効果がありますが、100%ではありません。他の人に感染させる可能性があるため、引き続き感染リスクの高い場面を避け、適切な感染対策をお願いします。

- 接種後、十分な抗体が得られるのは、**2回目の接種を受けてから1～2週間程**かかります
- 従来株と比べると、**変異株に対するワクチンの効果は低下する可能性があります**
- ワクチンを接種した人から**他人への感染をどの程度予防できるか、まだ十分には明らかになっていません**

※出典：厚生労働省
「新型コロナワクチン Q&A」

ワクチン接種後の**感染対策のポイント**

- 人と会う場面や人が集まる場所では、引き続きマスクの着用など基本的な感染対策を徹底しましょう
- 飲食店などを利用する際は、一人ひとりが感染対策を行ったうえで、**感染対策を講じている店舗**を利用しましょう
- 体調不良を感じたときは、**外出や人との接触を控えましょう**。外出前の検温を忘れずに続けましょう
- 外出するときは居住地や移動先の感染状況にも注意し、感染拡大傾向が見られる場合は**延期や中止を検討**しましょう



変異株でも個人ができる**基本的な感染対策は同じです**

適切なマスクの着用

変異株は感染力が強いため、飛沫を防ぐ効果が高いマスクを正しく着用することが重要です。

- できるだけ**不織布マスク**で、性能が良いものを着用しましょう
- 顔にフィットさせ**隙間を作らない**、**鼻やあごを出さない**ようにしましょう

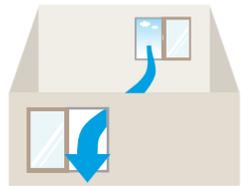
〔間違った使用例〕



定期的な換気

換気の悪い空間ではエアロゾル感染のリスクが高まります。

- 二方向で対角の窓**を開けましょう
- 30分に1回数分程度、**できれば常に換気**をしましょう
- 窓がない部屋ではドアを開けたり、サーキュレーターなどで空気の流れを作りましょう
- 加湿器などで適度な湿度(40～60%)を保つことも効果的です



「三密(密集・密閉・密接)」の回避

変異株では1つの密でも感染リスクがあります。「**ゼロ密**」を目指しましょう。



こまめな手洗い・手指消毒

以下のタイミングでは石鹸による手洗いや、アルコールによる手指消毒をしましょう。

- 外から帰宅した後 ●調理や食事の前後 ●共用物に触れた後



上記の対策は冬季に同時流行が懸念される季節性インフルエンザに対しても有効です。

自宅療養者・濃厚接触者の**体験談**

自身や同居家族が感染すると、長期間の外出制限や、家庭内での隔離、周囲の反応に対する不安など、心身ともに負担が生じます。自宅療養者、濃厚接触者となった人が実際に感じたことや療養期間中の過ごし方を知り、感染予防の意識を高めるとともに、仮に自身が当事者になっても慌てないよう備えましょう。

家族全員の感染を覚悟、子どもの隔離は困難

自宅療養者〔40代男性・同居家族3人(妻・長男・長女)〕

発症や検査の経過

8月8日に長男、9日に長女に発熱等の症状が現れました。検査可能な病院がなかなか見つからず苦労しましたが、10日に長男が受診し、抗原検査を受けて陽性と判明しました。夜には私にも咳の症状が現れ、**家族全員の感染を覚悟**しました。

11日に私と長女も受診し、抗原検査の結果は陰性でしたが、PCR検査の結果を待つことになりました。夜に保健所から連絡があり、長男は18日まで自宅療養となりました。他の家族は濃厚接触者のため、長男の**療養解除後から14日間は自宅待機**と言われました。

13日に私と長女もPCR検査の結果が陽性と判明し、自宅療養となりました。妻は翌週に抗原検査とPCR検査を受けましたが、ともに陰性でした。

自宅での過ごし方

長男が発症した時点で私と妻は家でもマスクをしましたが、長男は気分が悪く、長女はまだ幼いため着用させられませんでした。

長男の陽性判明後、**子どもを1人で隔離することは困難**だったので、私が2階の個室で隔離を始めました。食事は部屋の前に置いてもらい、時間をおいてから受け取りました。お風呂は感染した長男が最後に入るようにしていました。

陽性判明後、家族は一切外出できませんでした。濃厚接触者の妻は最低限の買い物などの外出は認められていましたが、ネットスーパーで購入するようにしていました。

処方薬は最初に受診した医療機関で処方された解熱剤だけでした。

療養先の調整や症状の経過など

長男と長女は数日で軽快しました。私は血中酸素飽和度に異常が無く自宅療養でしたが、咳の症状があり、就寝時に**翌朝悪化しているのではないかと非常に不安**でした。

療養解除後は疲れやすくなったり、咳が続いたり、後遺症と思われる症状が少しありました。

無症状・濃厚接触者でも不安

濃厚接触者〔40代女性・同居家族4人(夫・子ども3人)〕

濃厚接触者認定や検査の経過

職場の同僚の感染が判明し、接触のあった夫がPCR検査を受け陽性と判明しました。翌日、保健所から連絡があり、同居家族全員が濃厚接触者のため、14日間の自宅待機となりました。

夫は無症状でしたが、陽性が判明した日の夜から自宅2階で隔離を始めました。当時は感染拡大前で、2日後には千葉県が借り上げたホテルで療養となりました。

数日後、保健所の指示で夫以外の家族もPCR検査を受け、全員が陰性と判明しました。

自宅待機中の過ごし方

夫が自宅で隔離している間、食事の受け渡しなどは私1人で行き、子どもたちは2階に上がらないようにしていました。

ホテル療養開始後は、夫と家族はLINEでやりとりをしていました。夫は無症状でしたが、**発症や悪化をしないか不安**がありました。

自宅待機中は、職場に迷惑をかけている**心苦しさ**や、近所に知られてはいけないような**気まずさ**を抱え、家の窓やカーテンを閉めて隠れるように過ごしていました。

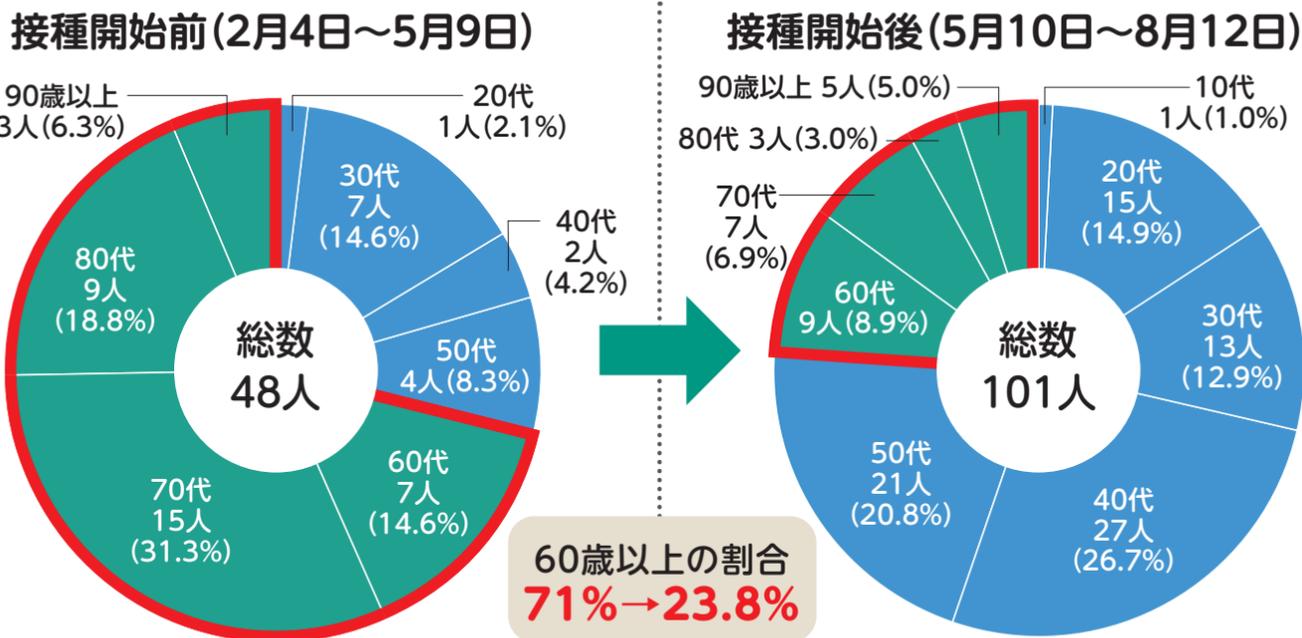
子ども達の学校の先生は、授業や宿題のプリントを届けてくれたり、電話をくれて気にかけてくださり、感謝の気持ちでいっぱいでした。

子ども達が久しぶりに**学校へ戻る日も、色々と聞かれないか心配**でしたが、クラスの友達はいつも通り迎えてくれたようでほっとしました。



ワクチン接種により発症・重症化のリスクを減らせます

中等症以上(届出時)の市内感染者の年代別内訳



※65歳以上の方へのワクチン接種が開始された令和3年5月10日の前後95日間で陽性と判明した人のうち、保健所への届出時点で中等症・重症と診断された人数を集計。

現在国内で接種されているワクチンは、**発症や重症化を予防**する高い効果があります。市内でも高齢者へのワクチン接種開始以降、**60歳以上の中等症・重症者の割合は減少傾向**が見られました。

従来株に比べて**変異株は感染力が高く、若い世代でも重症化する事例**が増えており、**後遺症と考えられる症状が長期間続く**こともあります。若い世代の人でもワクチン接種をすることで、発症や重症化のリスクを下げるメリットがあります。

ワクチンは自分のためだけではなく、家族や大切な人を守るとともに、医療機関の負担を減らし、収束のための重要な手段になります。

未接種の人はワクチン接種の効果とリスクの双方について理解し、接種を受けるかどうか判断してください。

松戸市のワクチン接種進捗状況(11月9日時点)

	65歳以上	12～64歳	全体
対象者数	128,669人	324,602人	453,271人
1回目(接種率)	117,717人(91.49%)	259,572人(79.97%)	377,289人(83.24%)
2回目(接種率)	116,348人(90.42%)	238,041人(73.33%)	354,389人(78.18%)

※ワクチン接種システム(VRS)のデータを集計
※対象者数は令和3年3月31日現在の住民基本台帳の人口

接種による主なメリットとデメリット

	メリット	デメリット
接種する	●発症や重症化を予防できる	●副反応により発熱などの症状が数日続くことがある ●まれにアナフィラキシーや軽度の心筋炎などが生じることがある
接種しない	●副反応やアナフィラキシーの恐れがない	感染すると以下のリスクが高まる ●入院・自宅療養の長期化 ●重症化・死亡 ●後遺症の発症

ワクチンの副反応について

高齢者よりも若い人に発現する頻度が多い傾向にありますが、症状の大部分は**数日で回復**します。

まれにアナフィラキシー(急性のアレルギー反応)や心筋炎、心膜炎が発生した報告があります。もしアナフィラキシーが起こってもすぐに対応できるように、接種会場では医薬品などを準備しています。心筋炎、心膜炎も軽症の場合が多いです。

副反応は以下のような症状が見られることがあります。

発現割合	主な副反応の症状	
	ファイザー社製	モデルナ社製
50%以上	接種部位の痛み、疲労、頭痛	接種部位の痛み、疲労、頭痛、筋肉痛
10～50%	筋肉痛、悪寒、関節痛、下痢、発熱、接種部位の腫れ	関節痛、悪寒、吐き気・嘔吐、リンパ節症、発熱、接種部位の腫れ、発赤・紅斑
1～10%未満	吐き気・嘔吐	接種後7日以降の接種部位の腫れや痛み、紅斑

※出典：厚生労働省「新型コロナワクチン Q&A」

副反応に関するご相談はこちら
千葉県新型コロナワクチン副反応等専門相談窓口
☎03-6412-9326 (土・日曜、祝・休日を含む24時間対応)

ワクチンに関する誤った情報にご注意ください

SNSやメディアでは、新型コロナウイルスのワクチンに関して様々な情報が溢れています。特にSNSでは、発信者が不明なものや、科学的根拠や信頼のおける情報源に基づいていない情報もあり、注意が必要です。

ワクチンの情報は、科学的根拠に基づいた情報を発信している公的機関や団体などから情報を得るようにしましょう。



厚生労働省ホームページ

接種を受けられない人への配慮をお願いします

基礎疾患や体質などにより、接種を受けたくても受けられない人もいます。また、接種は本人の意思で受けていただくため、接種を受けない選択をする人もいます。

ワクチン以外にも適切な対策を講じていけば、感染を防ぐことは可能です。

職場や周りの人などに接種を強制したり、接種を受けていない人に差別的な扱いをすることのないようお願いします。



ワクチン接種の予約・お問い合わせ

松戸市ワクチン接種
予約サイト



松戸市ワクチン接種
コールセンター

☎0120-684-389
☎050-5526-1081
(土・日曜、祝・休日を含む8時30分～17時)

コロナワクチン接種券台紙の右側に記載された「予防接種済証(臨時)」はワクチンを接種した証となります。大切に保管してください。

発熱などの症状が現れた場合

 かかりつけ医などの相談できる医療機関はありますか

ない →

 医療機関に電話し、熱などの症状があるときも受診できるか確認

受診できない →

発熱外来(県の指定を受けた医療機関)を案内している窓口へ

松戸市新型コロナウイルス感染症相談専用ダイヤル

☎ 0120-415-111
(音声ガイダンスで1番を選択)

受付時間 平日8時30分～17時

千葉県発熱相談コールセンター

☎ 0570-200-139

受付時間 24時間(土・日曜、祝・休日を含む)

千葉県ホームページ

「県内の発熱外来指定医療機関」



ある ↓

受診できる ↓

案内された医療機関に電話をする ↓

医療機関を受診

※検査が必要か医師が判断します。

- 必ず事前に電話をしてから受診を
- マスクの着用、手洗いや咳エチケットを
- 複数の医療機関の受診は控えてください

陽性判明時に備えて検査を受けたら登録を

新型コロナウイルス感染(疑い)者事前登録システム「IMABIS(イマビス)」

検査結果の判明前に、このシステムに緊急連絡先や持病などを登録しておくことで、陽性判明時の保健所からの聞き取り調査時間を短縮できます。



千葉県ホームページ

陽性判明から療養解除まで

検査結果の連絡

検査を受けた医療機関から検査結果の連絡があります。



保健所から連絡

症状や行動歴などについて聞き取りがあります。あらかじめ症状の経過や最近の行動歴をメモしておくスムーズです。

療養・入院開始

症状などにより保健所が療養先を決定します。自宅療養に備えて、普段から食料や日用品を備蓄しておきましょう。



退院・療養解除

保健所または医療機関が判断します。症状の有無や発症日によって解除される日は変動します。

※状況により上記のとおりとならない場合もあります。感染が拡大している時は、保健所の連絡や療養先の決定までに時間がかかる場合もあります。対策を徹底し、感染しないことが何よりも重要です。

療養解除後は

- 引き続き健康状態に留意し、感染予防に努めましょう
- 職場などへの復帰に際して、必ずしも再度検査を受ける必要はありません(感染力のないウイルスの破片を検出し、検査結果が陽性になる場合があります。)
- 後遺症と思われる症状が長く続く場合は、かかりつけの医療機関などにご相談ください



市ホームページ

全市民対象

PCR検査の費用を助成します

問 地域医療課 ☎366-7771

●対象者 新型コロナウイルス感染症の症状がなく、医療機関(市内外問わずインターネットなどを通じて医療機関に申し込む検査を含む)で自費診療のPCR検査を受検した、市内在住者または市内在勤の教育・保育・介護・障害福祉サービス施設等勤務者。

※保険診療のPCR検査は対象外です。

※民間検査機関(衛生検査所)に申し込む検査は、陽性の疑いがある場合でも保健所への発生届が提出されず、再度医療機関で確定診断の検査を受ける必要があるため、助成の対象外です。

●助成額 1人1回当たり上限20,000円(月2回まで)

※検査費用は医療機関ごとに異なりますので、各医療機関に確認してください。

●助成方法 償還払い(医療機関の窓口で検査費用を支払った後に受検者にて市に申請)

※検査を受けた後、おおむね2週間以内に申請してください。

※検査を実施している市内の医療機関や申請方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。同課にお問い合わせください。



市ホームページ