

# 4月から ワクチン接種 始まります

## ワクチン接種のスケジュール

3月中旬以降	65歳以上の方へクーポン券発送 ※昭和32年4月1日以前に生まれた方
4月	16歳～64歳の方へクーポン券発送
4月以降	65歳以上の方を対象に集団接種 ※6月末までに2回接種
7月ごろ	16歳～64歳の方を対象に集団接種 ※基礎疾患がある方を優先
未定	医療機関での個別接種を開始

## ホームページにも掲載

ワクチン接種に関する最新情報を市ホームページにも掲載しています。QRコードからご覧ください。



## Q & A

### どんなワクチンを打つの？

高齢の方を対象にした集団接種では、アメリカ製薬大手ファイザー製のワクチンを使用する予定です。  
同社のワクチンは、2回の接種が必要です。1回目の接種から3週間の間隔を空けて、2回目の接種を受けていただきます。

## Q & A

### 絶対に接種しないとイケないの？

新型コロナウイルスのワクチン接種は、強制するものではありません。  
関係機関が示す予防接種による感染予防の効果と、副反応のリスクを十分に理解した上で、自らの意志で接種を受けてもらうこととなります。

## Q & A

### 市外で接種することはできるの？

原則できません。ただし、出産のために里帰りしている妊産婦や遠隔地に下宿している学生、単身赴任者、長期入院（所）している方など、やむを得ない事情がある場合、例外的に市外で受けることができます。詳しくは、お住まいの市町村へお問い合わせください。

## 西脇市多可郡医師会 村上典正 会長

ワクチン接種はコロナの対処法として、効果的であると考えています。市から集団接種への協力依頼があり、医師会の医師や看護師らは「市民の皆さんの健康を支えたい」との強い思いから、積極的に手を挙げてくれました。

接種に当たって、持病やアレルギーがある方、不安に思う方は、必ず事前にかかりつけ医や専門の医師に相談し、接種を受けるかを判断してください。

## Q & A

### 接種を受けるにはどうすればいい？

市から対象者にクーポン券と予診票を送付しますので、3月中旬に開設予定の専用コールセンターに電話またはスマートフォンで、事前に予約してください。予約日時に予診票と本人確認書類を持参して集団接種会場にお越しいただくと、接種を受けることができます。

## Q & A

### クーポン券ってなに？

ワクチン接種を受けるためのもので、接種の予約時に必要です。2回分の「接種券」と「予防接種済証」が1枚になっています。  
3月中旬に65歳以上の方（昭和32年4月1日以前に生まれた方）へ、4月中旬に16歳以上65歳未満の方へ送付する予定です。

## Q & A

### 集団接種はどこで行われるの？

会場は、接種開始から5月31日（月）までは天神池スポーツセンター体育館（寺内517-1）、6月1日（火）からは市民会館（郷瀬町605）を予定しています。  
詳細については、市から送付するクーポン券でご案内します。

## Q & A

### 集団接種会場での接種までの流れは？

受け付け後に予診を受け、1回目の接種を受けます。接種後30分程度、会場で経過観察をします。2回目の接種日時（原則3週間後の同一時間帯）を予約し、会場を後にすることになります。2回目の接種時も、同じ流れで接種を受け、接種を完了することになります。

4月から新型コロナウイルスのワクチン接種が始まります。  
西脇市では、円滑に接種を進められるよう、吉田副市長を本部長とする「新型コロナウイルスワクチン接種推進本部」を2月に設立。関係機関と調整しながら、接種開始に向けて準備を急いでいます。  
接種は原則、市が設けた会場で行う「集団接種」で、無料で受けることができます。本市では西脇市多可郡医師会などにご協力いただいで実施します。65歳以上を対象にした集団接種を4月に開始する予定で、順次、対象者を増やしていきます。  
国の方針に基づいて接種を実施しますので、現時点で未確定のものがありませんが、詳細が決まり次第、随時お知らせします。  
なお、かかりつけ医などの医療機関で行う「個別接種」については、体制が整い次第、開始する予定です。  
◆問合せ 健康課（市役所内線360）

※掲載の情報は、2月17日（水）現在のものです。今後、内容が変わる場合があります。



# 県広報コンクール 2部門で入賞

兵庫県主催の広報コンクールで、西脇市制作のPR動画「開け、金ゴマでミライ。」が映像部門で佳作に、広報にしわき6月号の表紙が広報写真部門の組み写真の部で努力賞に、それぞれ入賞しました。動画では、市内の就労継続支援B型の事業所が取り組む金ゴマ栽培と加工品づくりを紹介。広報紙では、昨年春の緊急事態宣言下で広がる「共助」の取り組みを組み写真で紹介し、皆さんと一緒にコロナ禍を乗り切ろうという思いを込めました。

◆問合せ 次世代創生課（市役所内線214）  
秘書広報課（市役所内線333）

映像  
部門



▲PR動画「開け、金ゴマでミライ。」



広報  
写真  
部門



▲広報にしわき6月号

## Information

### 広告を募集しています

広報にしわき

市ホームページ

西脇市では、財源確保と地域経済の活性化などを目的に、広報にしわきと市ホームページに有料広告を掲載しています。申し込みを随時受け付けています。

#### ◆提出書類

- ・広告掲載申込書
- ・事業内容が分かる書類

※資格や免許が必要な業種の広告を掲載するときは、資格の所有を証明する書面や免許証の写しなども必要です。

#### ◆掲載料（1ヵ月当たり）

- ・広報にしわき＝10,000円～25,000円
- ※掲載枠によって掲載料が異なります。
- ・市ホームページ＝10,000円
- ※縦60ピクセル×横150ピクセル

#### ◆その他

- ・規程などに基づく審査があります。内容によっては掲載できない場合があります。
- ・掲載は先着順です。申し込み多数の場合、市内の申込者を優先します。
- ・広報にしわきへの掲載の申込締切は、掲載月の1ヵ月前です。
- ・詳しくは市ホームページをご覧ください。

#### ◆申込み・問合せ

秘書広報課（市役所内線207）



▲広報にしわき



▲市ホームページ

## フレイル予防には正しい感染対策と笑顔

### 自粛生活で高まるリスク

コロナを怖がるあまり、ほとんど外出しない。社会との関わりを避けて、人と話さない。私は昨年からのような人の健康状態を調べています。調査では、特に高齢の方に「認知機能の低下」が見られています。極端な自粛をし、家から出ない、人と会わない生活を送ると、「コロナ」にはかからなくても、認知機能の低下で認知症になったり、基礎疾患が悪化して寝たきりになるリスクが高まります。皆さんには、正しく感染予防をしながら、社会との関わりを持ち続けてほしいです。

### 今はフィジカルディスタンス

「ソーシャルディスタンス（社会的距離）を取りましょう」と

言い出した欧州では、この言葉が使われなくなっています。現在は、「フィジカルディスタンス（身体的距離）を取りましょう」と呼び掛けられています。コロナに感染しないために、密は良くなく、人が接触することで感染することがありますが、社会との関係は近くないといけません。私たちは一人で生きていけません。特に高齢の方は、社会との関わりがあればあるほど、長く元気に暮らせることが科学的に分かっています。感染予防をしている場所や催しには、ぜひ積極的に向いてください。また、高齢の方が外出しない理由に、家族が止めている場合が多いことが分かっています。高齢の家族を心配して外出をやるめよう呼び掛けることは、筋力の低下や認知症の発症につながる

がります。どう声掛けするかを考えてください。  
楽しみながら日々の生活を

皆さんには正しくコロナを恐れ、正しい感染対策をしながら日々の生活を楽しんでいただきたいです。笑顔は免疫力を高めます。免疫力を高めることは、コロナの感染予防に重要です。



### 筑波大学大学院 久野譜也 教授

高齢化社会の問題に取り組み、科学的根拠に基づく健康政策などを研究。各省庁の委員を歴任するほか、NHKの報道番組や日本テレビ系列「世界一受けたい授業」にも出演。昨年9月に始めた本市の健幸運動教室「Ni-Co」を監修。

メッセージ動画はウェブでも公開中



# 避けよう 「コロナフレイル」

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う自粛生活の長期化で、身体機能や認知機能が低下した状態「フレイル」になるリスクが高まっています。「コロナフレイル」にならないために、私たちが気を付けたいことは、筑波大学大学院の久野譜也教授にお話を伺いました。

◆問合せ 健幸都市推進室（市役所内線353）