

- ・2年度廃棄物排出・処理量（速報値）のお知らせ…2面
- ・2年度下半期の市の財政状況を公表します…4面
- ・第25回東久留米市環境フェスティバル…5面
- ・新型コロナウイルス感染症関連情報…8面

発行/東久留米市 編集/企画経営室秘書広報課
〒203-8555 東久留米市本町3-3-1 ☎042・470・7777(代)

東久留米市ホームページ
https://www.city.higashikurume.lg.jp/



東久留米市

検索

新型コロナウイルスワクチン関連情報

12歳～64歳の方を対象にワクチン接種券を送付します

市では6月下旬から、12歳～64歳の市民の方へ新型コロナウイルスワクチンの接種券（クーポン券）を段階的に送付する予定です。接種券には、具体的な予約方法などについて記載した書類を同封いたします。

また、現在、集団接種でのキャンセル待ちの準備を進めています。予約方法、キャンセル待ちについては、今後、広報紙や市ホームページなどでお知らせします。

詳しくは新型コロナワクチンコールセンター☎420・7177へ。

白い封筒で次の書類をお届けする予定です

- ・ワクチン接種券（クーポン券）
- ・接種のお知らせ
- ・ワクチン接種についての説明書
- ・予診票
- ・接種の予約について（個別接種・集団接種の実施場所などを掲載）



接種券（クーポン券）の送付時期など

- ◎40歳～64歳の方 ※1
【接種券送付時期】6月下旬（予定）
【予約開始日】7月5日（月）※2
- ◎16歳～39歳の方 ※1
【接種券送付時期】7月上旬（予定）
【予約開始日】7月26日（月）※3
- ◎12歳～15歳の方 ※1
【接種券送付時期】7月中（予定）※4
【予約開始日】未定

- ※1：年齢の区分は、4年4月1日時点の満年齢での区分です。
- ※2：「基礎疾患を有する方」「介護・福祉施設の従事者」以外の40歳～59歳の方の予約開始日は7月26日（月）です。
- ※3：「基礎疾患を有する方」「介護・福祉施設の従事者」以外の16歳～39歳の方の予約開始日は8月16日（月）です。
- ※4：7月中（予定）の接種券送付以降に12歳になる方には、12歳到達後に順次送付します。



▲ワクチンに関する市ホームページ

新型コロナウイルスワクチンに関する相談窓口

ワクチン接種に関する一般的な内容について	ワクチン接種に関する市の対応（接種の予約や会場など）について
<ul style="list-style-type: none"> ●厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター ☎0120・761770（午前9時～午後9時。土曜・日曜日、祝日も受付） ●（厚生労働省）新型コロナウイルス関連及びワクチンについての聴覚障害者相談窓口 ファクス：03・3581・6251 メールアドレス：corona-2020@mhlw.go.jp 	<ul style="list-style-type: none"> ●東久留米市新型コロナワクチンコールセンター ☎420・7177（かけ間違いのないようご注意ください） （土曜・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時受付） ファクス：477・0033（聴覚に障害のある方などの相談）

熱中症に注意

今頃～8月頃にかけて熱中症になる方が増加します。特に梅雨明けの蒸し暑さや、急に暑くなる7月頃は、体が暑さになれていないため、熱中症になる方が急増します。さらに、新型コロナウイルス感染防止などのためのマスク着用により、熱中症のリスクはより高まっています。熱中症は予防が肝心です。予防を意識して夏を過ごしましょう。詳しくは健康課保健サービス係☎477・0022へ。

猛暑は「災害」です

昨年、東京消防庁の管内で熱中症により医療機関に搬送された方は5,955人（市内62人）で、そのうち65歳以上の高齢者は3,426人（市内38人）と、高齢者が約58%（市内約61%）を占めていました。

高齢者は、体内の水分量の減少や体温調節機能の低下などにより熱中症になりやすくなっています。また、暑さや喉の渇きを感じにくくなっているため、周りの方が体調の変化や室内の温度などに注意してください。

マスクの着用や自宅で過ごすことが多い日常ですが、引き続き感染を予防し、熱中症対策をしましょう。

乳幼児・高齢者は特にご注意ください

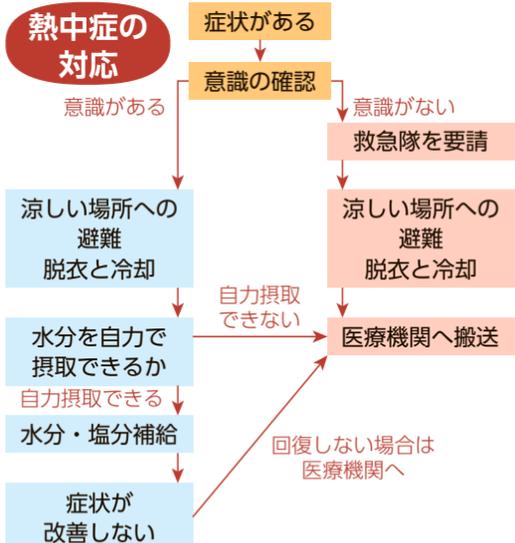
- ・乳幼児は体温調節機能が十分に発達していないため注意が必要です。乳幼児は背が低く、地表面からの熱の影響も受けやすいので、お子さんの様子をしっかりと観察しましょう。
- また、マスク着用にも注意が必要です。日本小児科医会では、2歳未満の子どものマスク着用は熱中症や窒息のリスクを高めると警鐘を鳴らしています。
- ・高齢者は前記のように熱中症になりやすく、急変もしやすいため、特に予防に努め、症状を見逃さないようにしましょう。

熱中症の症状

暑い日に次の症状があったら、熱中症を疑いましょう。

めまい 吐き気 倦怠感 頭痛
立ちくらみ 手足のしびれ 筋肉痛 など

重症の場合は、「応答がおかしい」、「意識がない」、「けいれんしている」、「体が熱い」などの症状が出てきます。症状がある場合は、下図「熱中症の対応」を参考にしてください。



熱中症の予防のポイント

- ◎暑さを避ける
 - ・外出時は日傘や帽子、通気性のよい服を着用し、日陰を利用する。
 - ・室内では、扇風機やエアコンで温度や湿度を調節する（時々、窓を開けて換気もする）。
 - ・カーテンやすだれを活用し、窓からの日差しを和らげる。
 - ・就寝中も室温に配慮する。
 - ◎こまめに水分を補給する
 - ・屋内・外を問わず、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分を補給する。大量に汗をかいた時は、適度な塩分補給も必要です。
 - ◎その他
 - ・日頃から栄養バランスの良い食事を心がける
 - ・持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらう。
- ※マスクは、夏期の気温・湿度が高い中で着用すると熱中症のリスクを高めるおそれがあります。屋外で人と十分な距離が確保できる場合は熱中症リスクを考慮し、マスクを外すようにしましょう。また、マスク着用時は激しい運動を避け、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給しましょう。

病院へ行くか、救急車を呼ぶか迷ったら【#7119】東京消防庁救急相談センターへ



体を冷やすポイント（熱中症の場合）

エアコンをつけ、扇風機・うちわなどで風をあて、からだを冷やしましょう。氷のうや保冷剤、冷やしたタオルなどを太い血管がある部分（右イラスト参照）に当て、太い血管がある部分を冷やすと効果的です。



「環境省熱中症予防情報サイト」(www.wbgt.env.go.jp/) の活用を

同サイトでは、「暑さ指数（WBGT）」の予測値や実況値が見られる他、「熱中症警戒アラート」「熱中症警戒アラートのメール配信サービス」があります。