





# 64歳以下の皆さまへ

## 19～22歳の方は「いしかわ県民ワクチン接種センター」で接種できます


石川県では、ワクチン接種を希望する県民の皆さまに一日でも早く円滑に接種していただくため、独自の大規模接種会場「いしかわ県民ワクチン接種センター」を開設しました。

場所	石川県産業展示館4号館(金沢市袋島町南193)		
対象	19歳～22歳の人(平成11年4月2日～平成15年4月1日生まれ)		
日時	令和3年7月4日(日)～10日(土) 接種時間は予約時に確認 ※今後変更する可能性があります。		
使用ワクチン	武田/モデルナ社製		
予約方法	特設サイトによるWeb予約のみ ※コールセンターで予約はできません。		
	二次元コードのほか、県ホームページやLINEからも予約サイトにアクセスできます。		
問い合わせ先	いしかわ県民ワクチン接種コールセンター ☎0120-977-592 受付時間 9:00-17:00 (年中無休)		

## 65歳以上の方で接種予約が取れていない皆さまへ

現在、集団接種(特設会場)や医療機関での接種予約が取れていない方は、健康推進課まで連絡をお願いします。ワクチンについては、希望される人全員が接種できる十分な量が供給されますので、ご安心ください。

### 問い合わせ先

接種・予約に関すること	七尾市・中能登町 新型コロナウイルス専用コールセンター ☎0120-540-303 受付時間 10:00-18:00(土・日、祝日含む)	
副反応に関すること	石川県発熱患者等受診・コロナワクチン副反応相談センター ☎0120-540-004 受付時間 9:00-21:00(土・日、祝日含む)	

## 熱中症対策もお忘れなく!

### 熱中症予防のポイント



#### 1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを使用する
- ・感染症予防のためにこまめに換気をしつつ、エアコンの温度を調整しましょう
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする

#### 2 適宜マスクを外しましょう

- ・気温・湿度の高い中でのマスクの着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合は、マスクを外す
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクを外して休憩しましょう

十分な感染症予防を行いながら、熱中症の予防を心掛けましょう。

#### 3 こまめに水分補給をしましょう

- ・喉が渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいたときは塩分も忘れずに

#### 4 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養

#### 5 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動をしましょう
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



# 新型コロナワクチン接種のお知らせ

七尾市では、6月下旬に19～64歳以下の人を対象に新型コロナワクチンクーポン券(接種券)を発送しました。接種については基礎疾患がある人を優先し、障害者施設や居宅サービス事業などの従事者などにおいても同様に優先して接種していきます。それ以外の基礎疾患がない人については、年代別の予約開始日を設け、順次接種を進めていきます。なお、12～18歳の人へのクーポン券(接種券)は準備が整い次第、順次発送します。

接種できる医療機関や予約方法などの詳細は、クーポン券に同封の「新型コロナワクチン接種のご案内」チラシや市ホームページなどをご確認ください。

## 予約開始日時と予約方法

※予約する際には、クーポン券が必要です。

優先順位	対象	予約開始日時	予約方法など
1	基礎疾患がある人	定期受診時に確認 7月9日(金) 10:00～	医療機関に予約 予約専用webサイトまたはLINE予約ページにて予約
	希望する障害者施設や居宅サービス事業などの従事者	各施設や各事業者などにご相談ください	
2	60～64歳の人	7月19日(月) 10:00～	予約専用webサイトまたはLINE予約ページにて予約
3	50～59歳の人	8月9日(月) 10:00～	
4	40～49歳の人	8月23日(月) 10:00～	
5	39歳以下の人	8月30日(月) 10:00～	

## 基礎疾患がある人とは

### 1. 以下の病気や状態の人で、通院・入院している人

(1) 慢性の呼吸器の病気	(10) 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害など)
(2) 慢性の心臓病(高血圧を含む)	(11) 染色体異常
(3) 慢性の腎臓病	(12) 重症心身障害(重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態)
(4) 慢性の肝臓病(ただし、脂肪肝や慢性肝炎を除く)	(13) 睡眠時無呼吸症候群
(5) インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病、または他の病気を併発している糖尿病	(14) 重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障害(療育手帳を所持している場合)
(6) 血液の病気(ただし、鉄欠乏症貧血を除く)	
(7) 免疫の機能が低下する病気(治療中の悪性腫瘍を含む)	
(8) ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている	
(9) 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患	

※基礎疾患に該当するか不明な場合は、まずはかかりつけ医にご相談ください。

### 2. 基準(BMI30以上)を満たす肥満の人

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

BMI30の目安：身長170cmで体重87kg  
身長160cmで体重77kg

接種できる医療機関や接種日程などの最新情報は、こちらでご確認ください。



予約専用WEBサイト



LINE予約ページ



市ホームページ

