

・こどもの予防接種は、全て医療機関で行う個別接種になりました。
センターで行う集団接種はありません。
関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

健康診等

所／保健センター 2 階 乳幼児健診室
物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通）
～4 か月、9～10 か月児健診、1 歳 6 か月児健診：
バスタオル・ファーストブック申込書（9～10 か月児健診のみ）
歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル
歳児健診：尿（配布済の検尿容器に採尿）
聴力・視力検査をおこなってください。

相談に関するお問い合わせは ― 健康推進課（内線 1191）まで

金		土	
1	2	3	
 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365		 (株)浜パイピング ☎ 23-6885	
8	9	10	
 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197		 (株)イワナミ ☎ 22-2222	
5	16	17	
 離乳食教室〈ばくばく教室〉 (R2年7月生) [予約制・少人数教室]			
 (株)アイテック ☎ 23-8500		 杉村設備(株) ☎ 27-8632	
2	23	24	
 平林医院 ☎ 22-3952			
 ジュンデンタルクリニック ☎ 24-8220			
 やまびこ薬局 ☎ 21-2144			
 (株)信和設備 ☎ 22-3302		 (株)総設工業 ☎ 28-8504	
9	30	31	
 離乳食教室〈ごっくん教室〉 (R3年2月生) [予約制・個別対応]			
 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406		 十和設備(株) ☎ 24-0182	

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	14日(水)午前9時～正午 巡回相談(湊支所)		
	無料法律相談 【予約制】	20日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：根岸紘太郎 弁護士 ※8月分予約：7月21日(水)～受付開始 「利益相反に関わる相談内容については、お断りをする場合があります」		
	高齢者のための司法書士による無料法律相談【予約制】	21日(水)午後1時～4時 司法書士が相談に応じます 問合せ：介護福祉課(内線1279)		
生活・子育て	家庭児童相談	月～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課(内線1266) 児童虐待24時間対応通報専用電話 ☎23-4767		
	ひとり親家庭等相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課		
	生活困窮相談 (生活就労支援センター)	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課		
	子ども総合相談センター 学校生活、入学・進学、長期欠席、心身の発達等の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 教育総務課		
	子ども総合相談センター 分室	一般相談 月～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後4時30分 専門カウンセラー(臨床心理士)相談【予約制】 14日(水)・28日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎24-2206		
	女性のための相談 【予約制】	20日(火)午前10時～午後3時50分(1人約50分) 問合せ：企画課(内線1528)		
	ひきこもりの状態にある人 やそのご家族の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：社会福祉課(内線1254)		
就労	ミニジョブカフェ【予約制】 若年者の就職活動における疑問や悩みの相談	14日(水)午後1時～4時 会場：テクノプラザおかや 対象者：40代前半までの人 問合せ：テクノプラザおかや ☎21-7000		
	若者のための就労相談会 (夜間・休日)【予約制】	ご希望に合わせて日程を調整いたします。 対象者：44歳までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎21-7000		
	巡回労働相談 (勤労青少年ホーム)	7日(水)午後0時30分～3時30分 テクノプラザおかや ☎21-7000		
企業経営	中小企業経営技術相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎21-7000		
	ひと・しごと相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎21-7000		
	特許・発明相談	20日(火)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎21-7000		
農業	農地相談 【予約制】	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：農業委員会事務局(内線1488)		
ふれあいおしゃべり電話、ボランティア総合相談、金銭管理 財産保全相談 社協心配ごと相談、家庭介護相談				
月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎24-2121				
結婚相談	相談日	時 間	場 所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協☎24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ ☎24-2290(内線3112)
	第2・4木曜日	午後6時～9時		(080-5143-3202)

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中[予約制]

※申し込み状況により、別日にご案内する場合がございます。

2回目 ▶ 7月9日(金) 午後7時～8時30分

内容：妊娠中の食事・産後の生活について など

＊

女性のための健康相談[予約制]

予約受付時間(月)～(金) 午前8時30分～午後5時15分(1人あたり1時間)

申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141 (直通)



くらしのカレンダー

7月
July

- ⊕ 休日急病当番医院
- ☑ 休日当番歯科医院
- 📞 休日当番薬局
- 🔧 水道修理当番店
- 🗨 相談
- 👶 乳幼児健診
- 🎓 子育て学習

発熱や呼吸器症状のある人は、受診・相談コールセンター（57-2930）または、当番医に電話相談してから受診をしてください。

●休日急病当番医院

受付／原則午前 9 時～午後 5 時（午後は来院前に要電話連絡）
※緊急時の医療問合せ
休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎ 22-0119

●休日当番歯科医院

保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。

●水道修理当番店

土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511

乳幼児
保健セ
医療機

◆乳幼児
場 持 ち
※ 3
※ 2
※ 3

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談

日	月	火	水	木
今月の納税 ◎固定資産税・都市計画税 第 2 期 ◎国民健康保険税 第 4 期 納期限…8 月 2 日(月) 納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。 口座振替の方は、残高確認をお願いします。 忘れずに納税しましょう。 問合せ●税務課（内線 1136）				
諏訪地区小児夜間急病センター（年中無休） ■診療時間 毎日 午後 7 時～9 時 ■診療科目 小児科 生後 3 か月以上 中学生まで （ケガ、やけど、ハチ刺され、 誤飲等は除く） 諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699				
健康相談・栄養相談・ 歯科相談（月～金曜日） 午前 8 時 30 分 ～午後 5 時 15 分 ご相談のある人は お電話ください。				
☑ 2 歳児にこここ教室 （R1年6月生） 午前（個別通知します） ☎ (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615				
4 ⊕ 小口医院（耳鼻咽喉科） ☎ 23-3068 ☑ 牛山医院歯科 ☎ 22-6422 📞 コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023 🔧 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	5 🔧 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	6 🔧 信和設備(株) ☎ 22-3302	7 👶 1 歳 6 か月児健診 （R1年12月生） 午後（個別通知します） 🔧 (株)総設工業 ☎ 28-8504	8 🔧 (有)三善工業 ☎ 23-3446
11 ⊕ 釜口医院 ☎ 22-2089 ☑ 浦野歯科医院 ☎ 22-2854 📞 マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801 🔧 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	12 🗨 育児相談（予約制） 午前9時30分～11時30分 🔧 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	13 🔧 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	14 👶 3 歳児健診 （H30年6月生） 午後（個別通知します） 🔧 十和設備(株) ☎ 24-0182	15 🔧 水道建設(株) ☎ 23-2662
18 ⊕ よねやま内科クリニック ☎ 22-8863 ☑ 太田歯科医院 ☎ 22-4648 📞 矢崎薬局 ☎ 23-7125 🔧 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	19 🔧 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	20 🔧 (株)浜パイピング ☎ 23-6885	21 👶 3～4 か月児健診 （R3年3月生） 午後（個別通知します） 🔧 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	22 ⊕ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 ☑ 大滝歯科医院 ☎ 22-5678 📞 ひまわり薬局 ☎ 26-7226 🔧 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642
25 ⊕ 林内科・循環器科クリニック ☎ 26-8100 ☑ 小口歯科第2クリニック ☎ 28-2883 📞 御子柴薬局 ☎ 27-7056 🔧 (有)三善工業 ☎ 23-3446	26 🗨 育児相談（予約制） 午前9時30分～11時30分 🔧 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	27 🔧 (株)イワナミ ☎ 22-2222	28 👶 9～10 か月児健診 （R2年9月生） 午後（個別通知します） 🔧 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	29 🔧 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931

お知らせ

第71回 社会を明るくする運動

7月は“社会を明るくする運動”～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～強調月間です。犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、地域・家庭・学校などが一体となって、犯罪や非行を社会全体の問題として受け止め、安全で安心して暮らせる明るい地域づくりに努めましょう。

▶心配ごと相談所

期間中、家庭や職業などの問題、裁判に関する手続きなどの「心配ごと相談所」を開設します。相談は無料で秘密は厳守されます。ぜひご利用ください。事前予約は不要です。(相談時間:約30分間)

日時…7月1日(木)・21日(水)

午後2時～5時30分

場所…カルチャーセンター

問合せ●社会福祉課(内線1251)

お知らせ

情報公開の実施状況を公表します

岡谷市情報公開条例および岡谷市個人情報保護条例の規定により、市の情報(公文書)開示などの実施状況を公表します。

▶情報公開

1. 公文書開示の請求などの件数および開示決定などの状況
請求件数…11件

開示決定などの状況				
全部開示	部分開示	不開示	文書不存在による不開示	未決定
1件	9件	0件	2件	0件

※全部開示1件と文書不存在による不開示1件は、同一請求です。

2. 審査請求の状況…該当なし

▶個人情報の目的外利用および外部提供の状況

目的外利用…4件 外部提供…3件
※目的外利用1件と外部提供1件は、同一請求です。

- ▶開示請求の詳しい内容は、市役所1階情報公開コーナーで閲覧できます。
問合せ●総務課(内線1552)

お知らせ

やまびこ公園 7月の行事予定

▶やまびこ草木染教室(要申込み)

日時…7月1日(木) 午前10時～

集合場所…やまびこ公園 中央ひろば

参加費…1,000円(染用ストール代は別途1,000円～)

▶やまびこ緑陰マレットゴルフ大会(要申込み)

日時…7月8日(木)

受付:午前8時～8時25分

場所…やまびこ公園マレットゴルフコース

参加費…500円

対象…高校生以上の一般男女

▶第29回 やまびこフェスティバル

日時…7月24日(土) 午前9時30分～

内容…クイズウォークラリー(要申込み)、ゲーム大会、金魚すくい ほか

※一部変更になることがあります。

▶第7回 やまびこ親子ふれあい自然体験会

日時…8月8日(日・祝)

午前9時30分～午後2時30分

場所…やまびこ公園 いこいのひろば

内容…弓矢、竹鉄砲などの遊具づくり体験、ネイチャーゲーム ほか

※一部変更になることがあります。

参加費…大人400円・小人100円

(傷害保険料含む)

対象…小・中学生の親子(子ども複数可、ただし必ず小学生がいること)

持ち物…軍手、昼食、水筒、あれば使い慣れた工具など

※作業のできる服装で、帽子は必ず着用してお越しください。

申込み・問合せ●

やまびこ公園管理事務所 ☎22-6313

環境

緑のカーテンで 涼しい夏を過ごしませんか

緑のカーテンは、日差しをさえぎるだけではなく、葉から水分が蒸発する際に熱を奪うため、室内の温度上昇を抑え、エアコンなどの使用を少なくすることができます。また、花や実の収穫を楽しむながらできる取り組みです。身近なことから、地球温暖化対策を始めませんか。なお、今年育てた緑のカーテンは、来年度行う予定の「緑のカーテンコンテスト」の対象となります。ぜひ、写真に収めておいてください。

問合せ●環境課(内線1445・1446)

もっと

お知らせ

募集やイベント、環境、健康など
まだまだお知らせしたいこと

今月号に掲載したイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、変更または中止になることがあります。

お知らせ

避難指示で必ず避難 避難勧告は廃止です

5月20日付で、災害対策基本法の一部を改正する法律が施行され、「避難勧告」と「避難指示(緊急)」は「避難指示」に一本化されました。

今後は、大雨などで災害発生のおそれが高い状況で、市町村から警戒レベル4「避難指示」が発令された場合は、危険な場所から必ず避難してください。

詳しくは、全戸配布のチラシか、右のQRコードから市ホームページをご覧ください。



問合せ●危機管理室(内線1592)

お知らせ

指定避難所などを 追加しました

感染症への対応として、災害時に住民のみなさんが安心して避難できるよう、県の5施設を「指定緊急避難場所」および「指定避難所」に追加しました。

施設名	指定避難所	指定緊急避難場所
岡谷南高校(下浜区)	体育館	校庭
岡谷東高校(西堀区)	体育館 格技室	校庭
岡谷工業高校(今井区)	体育館	校庭
県岡谷技術専門校(今井区)	会議室など	敷地内
県男女共同参画センター(西堀区)	会議室など	敷地内

※避難については、市が発令する対象区域や開設する避難所などの避難情報を確認してください。

問合せ●危機管理室(内線1590～1592)

お知らせ

「サマージャンボ宝くじ」

購入は県内で！

問合せ●財政課(内線1532)

7月13日(火) から8月13日(金) まで販売される「サマージャンボ宝くじ」(1等・前後賞合わせて7億円) は、市町村振興宝くじです。この宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。購入をお考えのみなさんは、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

インターネットなら24時間いつでも宝くじが購入可能です。「宝くじ公式サイト」から長野県の住所で会員登録を行うことにより、収益金は長野県に配分されます。

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

宝くじ公式サイト注册会员になると、お得便利に宝くじの購入ができます!

特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじを購入すると、
100円につき1ポイントの
宝くじポイントが獲得できます。

宝くじポイント 100円 → 1P

宝くじポイントは、1ポイント1円として、
宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で
つかえます!

宝くじ公式サイト 宝くじ売り場

1P 単位で 100P 単位で
つかえる! つかえる!

特典2 購入～受取までネットで完結!

原則1年中、24時間いつでも宝くじの購入ができます。
ジャンボ宝くじ等の普通くじの購入もできます!

宝くじの購入にはクレジットカード決済またはキャリア決済がご利用いただけます。

宝くじ LOTO-7 BINGO-5 NUMBERS 7-7777

抽せん結果も宝くじ公式サイトで簡単に確認できます。
当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利!

購入 → 当せん確認 → お振り込み

特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にも! **お得な特典や便利なサービスいろいろ!**
まずは宝くじ会員に今すぐ登録!!

宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられます。

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター
TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く)
※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

お知らせ

オープンエアマーケット

ー夏野菜とジビエー

地元農産物の直売イベント、オープンエアマーケット(青空市場)を開催します。今年度3回目となる今回は、スイカやトマトなどの夏野菜と、夏を元気に乗り切るためのジビエをご用意しました。工芸品の販売や、楽しい体験イベントもありますので、ご家族そろってお出かけください(出店者の状況により、内容を変更する場合があります。)

日時…7月17日(土) 午前9時～11時
(売切れ次第終了)

場所…岡谷蚕糸博物館
マルベリー広場(芝生広場)

問合せ●農林水産課(内線1487)

お知らせ

男女共同参画パネルディス

カッション&ワークショップ

「笑いあり♪涙なし♪笑顔でつくる男女参画の諏訪圏(まち)づくり」と題して、男女共同参画社会の実現に向け、女性活躍の必要性をテーマにパネルディスカッションやグループワークを行います。

日時…7月11日(日) 午後1時～
(受付:午後0時30分～)

場所…RAKO華乃井ホテル 2階 パルケ
パネラー…諏訪市長 金子ゆかりさん、
長野県参与 船木成記さん、前長野
県副知事 中島恵理さん、アイコーポ
レーション社長 花岡毅さん ほか

参加費…無料

定員…会場参加50名・

WEB参加30名(要予約)

託児…10名(要予約・未就学児～小学
6年生) ※参加予約時にお申し出ください。

問合せ●諏訪圏青年会議所

☎080-5109-4759(倉嶋)



申込み

生きデイ援助員・ボランティア養成研修会に 参加しませんか

「岡谷市高齢者生きがいデイサービス」では、各区において多くの援助員・ボランティアの協力により活動が行われています。あなたも「ボランティア」や「援助員」になってみませんか? 初めての人も、お友だちとの参加も大歓迎! お気軽にどうぞ。

時間…午後2時30分～4時

場所…諏訪湖ハイツ 大会議室

参加無料

申込み…社会福祉協議会にある申込書に必要事項を記入し、
社会福祉協議会に持参・郵送・FAXいずれかにて提出して
ください。7月16日(金)締切。

期 日	内 容	講 師
8月5日 (木)	開講式、オリエンテーション 生きがいデイの目的、現状について パラスポーツ「ボッチャ」を体験してみよう	社会福祉協議会 介護福祉課
8月25日 (水)	フレイル予防について ～要介護状態を予防するポイントを知ろう～	介護福祉課 保健師
9月8日 (水)	身体をほぐして簡単エクササイズ ～歩行に必要な4つの機能を学ぼう～	ひかりサロンWagaya 鮎澤秀成さん
9月29日 (水)	音楽を活用した健康・生きがいづくり、閉講式 ～リズムに合わせて身体を動かそう～	第一興商 音楽健康指導士 浜 沙弥香さん

問合せ●介護福祉課(内線1277)

★★★ 各種スポーツ教室 ★★★ (シンコースポーツ(株)主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

日時…毎週水曜日 午後2時～3時
場所…市民総合体育館
定員…10名 受講料…1回500円
申込み…当日窓口にて受付。

◎夏休み短期こども水泳教室

期日…7月26日(月)～29日(木) 計4回
時間…小学生:午後3時～4時
幼児:午後4時30分～5時30分
場所…市民水泳プール
定員…小学生:30名・幼児:20名
受講料…4,000円

◎着衣泳教室

～水難事故から身を守ろう～

着衣のままプールに入り、海や川など
水辺の事故から命を守る体験講習会。

日時…7月17日(土)
午前10時30分～11時30分
場所…市民水泳プール
定員…20名 受講料…300円
持ち物…水着、ぬれてもよい衣服

◎トレーニングパーソナルレッスン (一般)

個人の要望に応じた運動メニューの
提案と運動指導。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)
時間…午前9時～午後4時のうち1時間
場所…市民総合体育館内トレーニングルーム
受講料…1回1,500円

◎パーソナルスイムレッスン (小学生～一般)

個人の要望・レベルに合わせたレッ
スン。初心者から上級者まで対応。種
目なども相談に応じます。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)
時間…午後1時～7時のうち1時間
場所…市民水泳プール
受講料…1回1,800円

以上申込み…窓口または電話で受付。
トレーニングは体育館まで、短期こど
も水泳・着衣泳・スイムはプールま
でご連絡ください。(料金は保険料・
施設使用料込)

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800
市民水泳プール ☎23-6820

『元氣いきいき』岡谷シニアスポーツデー

市民総合体育館の一部を65歳以上
の人に無料開放するほか、希望者は体
力測定やウォーキングプチ講習会に参
加できます。午前中には、高齢期の栄
養とお口に関する相談もあわせて実施
しますので、ぜひお越しください。

対象…市内外問わず65歳以上の人(年
齢が確認できるものをお持ちください)

日時…7月15日(木) 午前9時～午後3時
※「体力測定」は午前10時から、
「ウォーキングプチ講習会」は午後
2時から(30分程度)

場所…市民総合体育館スワンドーム、
トレーニングルーム ほか

使用料…無料(個人利用のみ)

持ち物…運動のできる服装、上ばき など
問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

★★★ 各種スポーツ教室 ★★★

◎小中学生ソフトテニス教室

期間…7月26日(月)～8月2日(月)
計8回
時間…午後4時～6時30分
場所…市営庭球場
対象…市内の小学4年生～中学3年生
定員…40名(先着順)
受講料…1,000円(保険料820円別途)
申込み…7月1日(木)から市民総合体育
館窓口で受け付けます(電話申込み
不可)。7月19日(月)締切。
問合せ●(公財)岡谷市スポーツ協会
☎22-8850
(平日 午前9時～午後5時)

おかやスピードスケート・タールサポートクラブ

◎スピードスケート教室 (初心者～上級者コース)

期間…7月20日(火)～
令和4年2月8日(火) 計30回
時間…午後5時30分～7時30分
場所…やまびこ国際スケートセンター
(屋外リンク)ほか
対象…市内の小学生
定員…30名(先着順)
受講料…3,000円(保険料820円別途)
申込み…6月28日(月)から市民総合体
育館窓口で受付(電話申込み不可)。
問合せ●やまびこスケートの森

☎24-2494
スポーツ振興課 ☎22-8804

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(8月分)…7月18日(日)

小学校:午後7時～

中学校:午後7時30分～

場所…市民総合体育館

※必ず「学校体育施設開放利用団体登
録通知書」とボールペンをお持ちくだ
さい。

岡谷市民水泳プール営業案内

夏期は時間を延長して営業します。

▶7月3日～18日の土曜日・日曜日、
8月21日～29日の土曜日・日曜日
…午前9時～午後6時30分

▶7月19日(月)～8月18日(水)
…午前9時～午後8時30分

※ただし、8月7日(土)は午後5時まで
営業、8日(日・祝)は午後4時(予定)
から一般開放。

※7月22日・29日、8月5日・12日の
木曜日も営業します。

個人利用者優先デー

毎月第3日曜日に、市民総合体育館
(東体育館)を個人利用のために開放し
ています。ぜひご利用ください。

日時…7月18日(日) 午前9時～午後6時
(午後6時以降も状況により利用可)

使用料…1人2時間

大人220円・小人110円

※市内小中学生は子どもパスポー
ト・学生証提示により無料

自分の体を知ろう!

身体を構成している体成分(筋肉量、
脂肪量、基礎代謝など)を一目で見ると
ことが可能な高性能の体成分分析マシン
を1日限定で設置します。

日時…7月16日(金) 午前9時～午後9時

場所…市民総合体育館

使用料…1回500円

以上問合せ●市民総合体育館

☎22-8800

健康ひと口メモ

No.525

新型コロナウイルスワクチン接種に関して

新型コロナウイルスの接種が医療従事者を対象に開始され、現在高齢者を中心に接種が進められています。しかし、いまだにワクチン接種に対して不安を抱えている人も少なくないかと思えます。

そこで、改めて新型コロナウイルスに関し解説させていただきます。

まず、もともとワクチンは、病原体そのものを弱毒化したものや病原性をなくしたものを体に投与する仕組みでした。しかし、今回の新型コロナウイルスは、メッセンジャーRNAという、いわゆるウイルスの一部分(新型コロナウイルスの表面にある人間に侵入するために必要な突起物)の設計図を体内に投与することによって、わたしたちの体のなかでウイルスの一部分が作られるようになります。そして、そのウイルスの一部分ができると、わたしたちの体はそれを異物であると認識してこれに対して抗体を作り、いざ新型コロナウイルスが体内に入ってきたときにこの抗体がウイルスを攻撃して、ウイルスを排除します。

それでは、新型コロナウイルスの効果はどうでしょうか。

厚生労働省が契約したワクチンのうち、ファイザー社、ビオンテック社、モ

デルタ社のワクチンでは、数万人を対象にした臨床試験で、発症を予防する効果が90%を超えていたとする結果が出されています。また、現在国内でも変異ウイルスが増加していますが、横浜市立大学の研究グループの分析では、ファイザー社のワクチンは2回接種により、イギリス株、南アフリカ株、ブラジル株など合わせて7つの変異ウイルスについて、約9割の人に効果が期待できる中和抗体が確認されました。

では、ワクチン接種による副反応はどうでしょうか。

厚生労働省の先行接種者に対する調査では、ファイザー社のワクチンでは、注射した部位の痛み(1回目の接種後92%、2回目の接種後91%)、倦怠感(同23%、70%)、頭痛(同21%、54%)、37.5度以上の発熱(同3%、38%)などが認められましたが、こうした症状の大部分は接種後数日以内で回復しています。また、重篤な副反応としてアナフィラキシー反応がありますが、3月21日までに47件が報告され、これは100万回接種に対して81件の発症になります。なお、これらの症例の大半は軽快しています。また、アナフィラキシーを起こした人の約80%が、過去に薬や食べ物などでアレルギー反応が出た経験がありました。もし症状が出た

場合でも、適切な処置が行われれば問題はありません。

結局、ワクチン接種はしたほうが良いのでしょうか。

新型コロナウイルスをめぐっては多くの情報が飛び交っていて、接種すべきか迷う人もいます。基本的に、高齢者や基礎疾患のある重症化するリスクのある人は、ワクチンを接種したほうが良いでしょう。また、最近では変異ウイルスにより若年者の感染も増加しています。そして、若年者も接種することによって家族のリスクの高い人を守るようになります。一方で、これまでにアナフィラキシー症状を起こした人は、接種を控えたほうが良いかもしれません。一度、かかりつけ医に相談してみてください。なお、花粉症、アレルギー性鼻炎、食物アレルギー、気管支喘息、アトピー性皮膚炎の人は、これまでにアナフィラキシー症状を起こしたことがなければ、接種は可能です。

最後に、ワクチン接種に関しては個人の判断が尊重されます。接種しないという選択も間違いではありません。

(岡谷市医師会)



シルキーチャンネル

7月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

LCVデジタル11CH

ユーチューブライブ

TVでの視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課(内線1364)まで。

《放送内訳》朝5時から翌深夜2時まで、1時間プログラムを繰り返し放送しています。
※番組は変更になることがあります。

放送
番組

- ブラおかや歴史探偵団
- ぼくもわたしもおかやっ子事業
- 家庭で作る郷土料理
- 岡谷インフォメーション ほか

【市民投稿番組募集中!】

シルキーチャンネルでは市民のみなさんから寄せられた動画を放送しています。詳しくは秘書広報課にお問い合わせください。