

# こ ん に ち は



秋晴れの日心地よく過ごせますね



令和4年 10月号



## オミクロン株対応のワクチン接種が始まっています



横浜市では、9月26日からオミクロン株に対応したワクチンの追加接種が順次開始しています。開始にあたり、使用するワクチン、対象者、接種券、接種場所、特徴などの情報が横浜市より発表されましたので、ご確認ください。

### オミクロン株対応のワクチン接種に関する情報（10月10日時点）

使用ワクチン) ファイザー社（12歳以上）、モデルナ社（18歳以上）  
対象者) 従来のワクチンを2回以上接種した12歳以上のすべての方  
前回接種から5ヶ月以上経過した方



接種券) 3回目、4回目の接種をしていない方：お手持ちの接種券で接種できます  
2回目、3回目、4回目の接種をした方：今後届く接種券で接種できます

接種場所) 各医療機関：使用ワクチンは医療機関により異なります

集団接種会場：ファイザー社のワクチンを使用。火曜～土曜の週5回実施  
特徴) 従来株とオミクロン株に対応した「2価ワクチン」となり、従来型ワクチンを上回るオミクロン株への効果（重症化予防、発症予防）が期待されています。安全性についても、従来型と比較して明確な差異はないとされています。

※ 2回目の接種が完了していない方は、現時点ではオミクロン株対応のワクチンを接種できません。従来ワクチンを接種したのち、3回目として接種できます。

※ 5回目の接種券は前回の接種日に応じて、順次発送予定となっています。



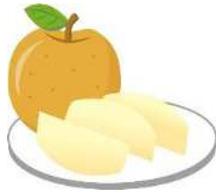
### 陽性者の発生届の対象が、9月26日から変更になっています

今までは症状の程度に限らず、すべての陽性者が発生届を提出し、療養支援を受けられていましたが、9月26日から、発生届の対象が「65歳以上の方」、「入院を要する方」、「妊婦の方」、「重症化リスクがあり、かつ、新型コロナ治療薬の投与、または新たに酸素投与が必要と医師が判断する方」になりました。そのため、医療機関を受診して陽性と判定されても、発生届の対象外となった方や、抗原検査キットなどで陽性が判明した方は「神奈川県陽性者登録窓口フォーム」から登録することになりました。登録により、健康観察や配食サービス、必要時には宿泊療養施設の利用や医療機関を受診できるなどのサービスを利用できます。

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧ください☆☆

[http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku\\_features/](http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku_features/)  
『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。

### 健康まめ知識



秋の果物の代表格の1つでもある「梨」は弥生時代から食べられていたと言われています。「梨」には、ソルビトールという糖アルコールを多く含んでいる特徴があります。ソルビトールは虫菌になりにくい効果がある事から、ガムなどの甘味料に使われます。もう一つの秋の果物の代表格、「りんご」と比べても血糖値への影響が少なく、低エネルギーの糖とされているので、糖尿病の方にも安心です。ただ、整腸作用もあるので、食べ過ぎるとお腹の調子を崩す可能性があるため、注意しましょう。また、梨には筋肉や身体全体をつくる為に必要なアミノ酸の一種であるアスパラギン酸も含まれており、糖質を有効活用してくれるので、エネルギーを生みやすく、疲労回復に役立ちます。血糖値を上げにくく、疲労回復してくれるのであれば、夜にも食べやすい食材ですね。梨は水分が多い果物で、身体を冷やす作用もあるため、食べる時は温かいお茶と一緒にしたり、軽くソテーして食べたりすると良いでしょう。また、たんぱく質分解酵素のプロテアーゼも含まれるので、すりおろして焼く前のお肉にすり込むと、硬いお肉が軟らかくジューシーになります。「すりおろした梨を使った肉料理」想像しただけでも美味しそうですね！ぜひ、お試し下さいませ♪



### 第7回 都筑区多職種連携

#### オンラインの集いを開催しました

本会は、都筑区医師会地域多職種連携協議会が、年4回開催しています。今回は、「コロナ陽性者はあなたを待っている!!～支援を断らない為には～」というテーマで、34名の参加がありました。「訪問介護事業所として陽性者にどのように対応しているのか」などを共有したことで、其々の事業所が、いかにやりくりしながら陽性者への訪問をしているのかを知ることができました。今回、陽性者でも断らないことを前提に対応している事業所の姿勢を知り都筑区住民としても、非常に心強いと感じました。

### ☆居宅支援センターからのご報告☆

#### ケアマネジャーが1名増えました！

この度、新しいスタッフを迎え、6人体制になりました。これからも今まで通り6人で協力しあい、皆様のご意向を大切にしながら、在宅生活をご支援させていただきたく所存です。今後もよろしくお願いいたします。



#### 新任の市川です

9月12日よりケアマネジャーとして異動しました市川雅子です。当法人の訪問介護事業所で13年勤めさせていただきました。その経験を踏まえ、新しい視点で、利用者様の生活を支援させていただきたいと思っています。皆さま、どうぞよろしくお願いいたします！



### 編集後記

10月初旬に降った雨から、秋の足音が一気に近づきましたね。また、先日の通勤時、導入されたばかりの6両編成のグリーンラインに偶然乗ることができました。車内はとてもキレイで、いつもより新鮮な気持ちで通勤できました。寒暖差の激しいこの季節、体調に気をつけ、元気に秋を満喫したいと思います♪

### 【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

913-5181 統括管理者 吉井