

無料！ロタウイルスワクチンの定期接種

問合先／健康課(健康福祉会館内) ☎42-8723
fax42-7521 kenko@city.kasai.lg.jp

ロタウイルスワクチンはロタウイルス感染による胃腸炎を予防するワクチンです。ロタウイルス胃腸炎は激しい嘔吐や水溶性の下痢、まれに、重度の脱水や脳症などを合併し、入院治療が必要になるケースがあります。有効性、安全性から接種年齢の期間が決まっていますので、適切な年齢で受けるようにしてください。

●対象者／令和2年8月1日以降に生まれた方

●費用／無料

●接種期間と接種回数／出生6週0日後から24週0日後までに27日以上の間隔をあけて2～3回(使用ワクチンによって異なります) ※初回接種は生後2か月から出生14週6日後までの接種が推奨されています

●開始時期／10月1日より開始(10月1日以前に接種された場合は任意接種(有料)となります。)

●持ち物／母子手帳、ロタウイルスワクチン予防接種予診票(令和2年8月1日以降に出生された方には市民課窓口、または郵送にて予診票を配布しています。お手元がない場合はお手数ですが、健康課までお問合せください。)

●実施医療機関／

医療機関名	接種時間(要予約)	電話番号
小野寺医院	診療時間内	48-3737
さかいこどもクリニック	火曜・木曜 14:30～15:30 および一部診療時間内	43-0415
さたけ小児科	水曜 15:00～16:00 金曜 15:00～16:00 および診療時間内	43-1717
市立加西病院	平日の9:00～15:30の間に小児科外来に電話予約	42-2200
西村医院	診療時間内	49-0001
医療福祉センターきずな	通院または入院中の方のみ	44-2881

高齢者インフルエンザ予防接種

問合先／健康課(健康福祉会館内) ☎42-8723
fax42-7521 kenko@city.kasai.lg.jp

インフルエンザは、風邪に比べ気管支炎や肺炎などを併発しやすく、命に関わることがあります。特に高齢の方は、症状が重篤化する可能性が高くなります。また、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点より、医療機関での密接を避けるため、接種期間を10月1日から変更しています。接種を希望される方は、体調の良いときに、早めに接種するようにしましょう。

●対象者(接種日の年齢)／

・65歳以上の方

・60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害をお持ちの方 ※日常生活が極度に制限される方に限る。

●期間／10月1日(木)～令和3年1月31日(日)

●回数／1回

●費用／無料 ※指定医療機関以外で接種される方は、一部費用負担が発生する場合があります。

●持ち物／健康保険証など本人確認できるもの

●接種方法／市内指定医療機関、北播磨圏域の指定医療機関に予約してください。北播磨圏域指定医療機関以外で接種される場合は、事前に必ず健康課で手続きをしてください。手続きせずに接種された場合は、自己負担となります。

●市内指定医療機関／

あさじ医院 ☎44-0225	坂部整形外科 ☎43-1444	堀井内科医院 ☎49-0150
安積医院 ☎46-0361	佐竹医院 ☎42-4057	まえだ内科神経内科クリニック ☎45-2050
医療福祉センターきずな* ☎44-2881	市立加西病院 ☎42-2200	みのりクリニック ☎49-8470
大杉内科医院 ☎47-0023	たまだ泌尿器科クリニック ☎42-5900	横田内科医院 ☎42-5715
小野寺医院 ☎48-3737	なかじま整形外科 ☎48-2800	安田内科・循環器内科クリニック ☎43-7931
おりた外科胃腸科医院 ☎42-6000	西村医院 ☎49-0001	やまもと内科クリニック ☎43-7775
かがわクリニック ☎43-8887	西村耳鼻咽喉科 ☎42-6020	米田病院 ☎48-3591
さかいこどもクリニック ☎43-0415	北条田仲病院 ☎42-4950	*きずなは、入所者などに限ります

Q コロナ対策を十分に行ったら、手や耳が荒れて困っています

A 一般家庭でも職場でもコロナ対策が行われています。春に行われた緊急事態宣言で「コロナ（COVID-19 感染症）」の患者数が減って宣言がいったん解除されましたが、残念な事に夏に向けてまた患者数が増加しました。手洗いやマスクといった予防は3密を避けるのと同じく予防の基本なので続けておられる方が多いと思いますが、そのために夏になって皮膚の荒れが目立ってきました。皮膚科を受診される患者さんの数も多いですしテレビや新聞でも取り上げられています。

手洗いは、エタノールで消毒したり、手の甲にインクのついたハンコを押して消えるまで石鹸で洗い続けるという、丁寧で念入りな手洗い方法が推奨されました。逆に元々手荒れをお持ちの方、乾燥しやすい方は手荒れが返って悪化してしまいました。ウイルス感染を防ぐには中途半端な手洗いでは不十分で、上記ぐらい丁寧に洗わないと予防効果が低いのですが、手が荒れてしまって何もかもしにくくなるのも逆に問題です。対策としては、手を洗ったら水分をタオルで十分に拭き取って、保湿剤を手全体にのばす、特にひどいところはステロイドの入った薬を塗ることで（これは医療機関受診の必要があります）。洗って濡ればなしになったり、風で水分を吹き飛ばすのは返って手が荒れてしまうので良くないですし、特に後者はウイルスをまき散らす可能性があるため推奨されません。

マスクで問題になるのは、ニキビや吹き出もの、ゴム紐によるかぶれとマスクの布による頬（ほほ）や唇

の荒れです。これらは気温が密接に関係しています。暑くなって蒸れてニキビや吹き出ものが出やすくなるのは、なんとなく直感で理解できると思います。抗菌薬を塗って治していきます。また、暑くなると皮膚の乾燥と汗をかくのが、ゴム紐のかぶれや布による荒れの原因です。皮膚が乾燥するとゴム紐や布の摩擦で皮膚に小さなキズができやすくなりますし、さらに汗をかくと摩擦は強くなって症状が悪化します。荒れやすいところに保湿剤を塗って、ひどいところは手荒れと同じくステロイドの入った薬を塗る治療となります。

一見、保湿剤を塗る事と汗をかく事は変わらないように思えますが、保湿剤は脂（あぶら）で皮膚の細胞と細胞の間を埋めていってなめらかにするのは逆に、汗は水分であり乾燥すると細胞と細胞の間は広がってしまってキズが生じやすくなり、細胞の間隙からほこりや繊維が入り放題となって皮膚が荒れてしまいます。日照りで干からびた田んぼを想像して下さい。



このように、手洗いやマスクによる荒れも本質的に同じで、十分な保湿（脂（あぶら）の補充）が大事です。保湿は市販のものと病院のものがありますが、本質的に違いはなく、自分に合うものを選んで下さい。コロナの十分な予防ができるよう加西病院もお手伝いをさせていただきます。（皮膚科 田中 将貴）

「新しい加西病院を考える市民ワークショップ」参加者募集

市立加西病院では、現在、有識者や市民の代表からなる加西市新病院建設基本計画策定委員会において、新病院の建設に関する基本的な計画を策定しています。加西病院の現状や取り巻く環境、新病院の基本的な計画について、市民のみなさまにより深くご理解いただくとともに、新病院に対するご意見・ご提言をいただくため、ワークショップを開催します。つきましては、ワークショップに参加していただける方を下記のとおり募集します。

- **内容**／開催日ごとにテーマを設け、基調説明とグループ別のディスカッションを行います。
- **期間**／令和2年11月～令和3年1月 ※計5回を予定（1回当たり2時間程度）
- **開催場所**／健康福祉会館または市民会館コミュニティーセンター
- **対象**／16歳以上 ※市内在住または在勤で地域の医療に関心のある方（20名程度）
- **応募方法**／所定の応募用紙にご記入のうえ、郵送、持参、FAXまたはメールのいずれかで下記まで提出
※応募用紙は、市役所・加西病院・各公民館・地域交流センターで配布
（市・加西病院の各ホームページからでもダウンロードできます）
- **提出期限**／令和2年10月20日（火）まで（必着）
- **提出先**／市立加西病院 事務局総務課 〒675-2393 加西市北条町横尾1丁目13番地 ☎42-2200（代表）