

# 実施中！ 「オミクロン株」対応ワクチン接種

問い合わせ／  
市新型コロナウイルスワクチン接種実施本部  
(市健康づくり課)  
☎0162-23-2700

## 【12歳以上の方】

10月3日(月)から、オミクロン株対応ワクチンの接種を開始しています。

◎対象者…初回接種(1・2回目)を完了した12歳以上の方 ※最後の接種から3か月以上経過した方

◎接種券…接種できる時期が到来したら、【オレンジ色の予診票】と一緒に自宅に郵送

※接種可能な時期の2週間程度前にご自宅に届くよう送付

3か月経過したのに接種券が届いていない、あるいは紛失された方等は上記までご連絡ください。

## 【5～11歳のお子さん】 ※保護者の方へ

「5歳～11歳」までの小児接種に加え、「生後6か月～4歳」の乳幼児接種を開始します。新型コロナウイルス感染症からお子さんを守るため、早めの接種をご検討ください。

■対象年齢	■接種回数	■接種間隔	■接種会場
生後6か月～4歳	3回	1回目の3週間後に2回目 2回目から8週間後に3回目	【個別接種】市立稚内病院(小児科) ※12月7日(水)スタート
5歳～11歳	3回	1回目の3週間後に2回目 2回目から5か月後に3回目	【個別接種】市立稚内病院(小児科) 【集団接種】保健福祉センター ※下記の日程のみ実施 ・12月26日(1回目)、1月16日(2回目) (病院等で既に2回接種を終えた方の3回目も接種可能)

## ■感染症に負けない室内環境づくり

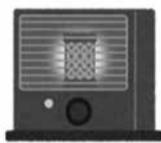
北海道の冬は暖房器具が欠かせず、建物の構造上熱を逃がしやすく、風通しも良くありません。

厳しい冬でも適切な室内環境を保ち、感染を予防しましょう。

参考：厚生労働省 室内環境学会 日本建築学会

### 『乾燥を防ごう！』

室内では、暖房器具の使用により乾燥が強くなります。乾燥が強くなると、ウイルスが活動しやすくなるだけでなく、のどに炎症を起こし、ウイルスへの防御力が下がります。



### 『換気を積極的にしよう！』

空気が流れが悪いと、空気中に漂っているウイルスにさらされ、感染する可能性が高くなります。



大切！

### 適切な室内環境にするために

普段生活する場所が、適切な環境に保たれているか見比べてみましょう。

#### ①室温は18℃以上をキープ

室温が18℃を下回ると、健康に悪影響が出るのが解っています。



#### ②湿度は40%以上を目安に

湿度が40%を下回ると、ウイルスが活発化するだけでなく、肌や喉の乾燥にもつながります。部屋干しや加湿器を積極的に使用しましょう。



#### ③室温変化を抑えながら換気を

・1方向の窓だけを開ける  
・使っていない部屋の窓で換気し、居室のドアを少し開け風を通すなど、室温を保ちながら換気できるように。



## 稚内市指定新型コロナ検査所

問い合わせ／市健康づくり課 ☎23-4000

◎営業時間／10時～18時(土日祝日は、16時30分まで)

※年末年始は、12月31日～1月2日まで休みます。

## 申請はお済みですか？

## 子育て世帯生活支援特別給付金・北海道子育て世帯臨時特別給付金

感染症の影響が長期化する中、子育て世帯を対象に給付金を支給しています。まだ支給を受けていない方で、要件を満たす方は、期日までに申請してください。

### 給付額／

子育て世帯生活支援特別給付金：対象児童1人につき5万円

北海道子育て世帯臨時特別給付金：対象児童1人につき1万円

対象者／令和4年3月31日時点で18歳未満(障がい児の場合は20歳未満)の児童を養育する方で、右表の対象要件を満たす方

※令和5年2月末までに生まれた新生児も対象になります。なお、給付金は対象要件のどちらか一方、一度しか受け取ることができません。

### ◎対象要件

ひとり親世帯分	ひとり親世帯以外分
公的年金等を受給していることで、令和4年4月分の児童扶養手当の支給が、全額停止された方(※1)	公務員や高校生のみを養育している方等で、令和4年度住民税「均等割」が非課税の方
新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同水準となっている方(※1)	新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変するなど、令和4年度住民税「均等割」が非課税の方と同様の事情にあると認められる方

(※1)：児童扶養手当を申請していなくても対象になります。

問い合わせ／市こども課こども・子育てグループ ☎23-6529、☎23-6530