



新型コロナワクチン接種のお知らせ

★健康推進課（保健センター内） ☎24-2003 ・ FAX24-2005

追加接種（3回目）の接種間隔が6か月になりました

国の方針により、接種間隔が前倒しとなりました。追加接種は2回目の接種が完了した日より**6か月**を経過した方が対象になります。対象者には接種券を順次発送しています。接種を希望する方は、同封された案内をご確認のうえ、予約をしてください。

予約方法 WEB予約または電話予約
※接種券が届いた方から予約できます。

ワクチンの種類について

ワクチンの種類は週によって異なります。感染拡大防止のため、ワクチンの種類を選ばず、早い日程での接種をお勧めします。皆様のご協力をお願いします。

現在、8月末までに2回目の接種が完了した方を対象に接種券を送付しています。届いた方から予約をお願いします。

5歳から11歳までの接種を実施します

新型コロナワクチン接種の対象が、5歳以上に拡大されました。対象者には接種券を順次発送する予定です。詳しくは市HPでお知らせします。

ご不明な点等については、新型コロナワクチン相談窓口 ☎71-8780（受付：平日午前8時30分～午後5時）へ

〇3月中に使用するワクチン（予定）

月	火	水	木	金	土	日	ワクチン
	1	2	3	4	5	6	モデルナ社製
7	8	9	10	11	12	13	ファイザー社製
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	モデルナ社製
28	29	30	31				

※一部医療機関で異なる場合があります。

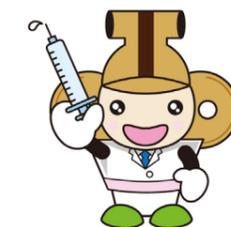
ワクチン接種の予約はWEBまたは電話で

WEB予約	URL : https://v-yoyaku.jp/110367-kodamagunshi	
電話予約 (無料)	☎0120-501-536	

※予約開始時間直後は混雑するため、電話がつかない場合があります。

感染症の流行を防ぐために～予防接種を受けましょう～

★健康推進課（保健センター内） ☎24-2003



病気にかからないように、また、重症にならないように、まだ接種していないお父さんは、予防接種を受けましょう。対象者は無料で接種できます。接種期間を過ぎて接種した場合は、全額自己負担です。予診票がない場合は、母子健康手帳を持参のうえ、健康推進課または支所市民福祉課（アスピーアこだま1階）の窓口へお越しください。

①二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種

予診票は、11歳の誕生日の翌月に郵送しています。

●対象 11歳以上13歳未満の方

●接種期間

11歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで

②麻しん・風しん（MR）予防接種

麻しん・風しんの1期は生後12月から24月までの間に1回接種し、2期は小学校就学前の1年間に1回接種します。

【令和3年度2期】

●対象

平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの方

●接種期間 3月31日(休)まで

③日本脳炎予防接種

9歳を迎えた翌月と、特例対象の中学3年生になる年に、2期の予診票を郵送しています。届かない方は健康推進課へご連絡ください。

●対象

- ・1期 生後6月～90月の方（3回）
- ・2期 9歳以上13歳未満の方（1回）

【特例対象】

◆平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方

●接種期間 20歳の誕生日の前日まで

◆平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの方

●接種期間

9歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで
※日本脳炎のワクチンが全国的に不足しているため現在予約がとりにくい状況にあります。ワクチンは順次供給されているため、少しお待ちいただき、ご予約ください。

④子宮頸がん予防ワクチン

ワクチン接種の積極的な勧奨が、4月から再開されます。ワクチン接種の積極的な勧奨を差し控えていた期間に対象であった方（特例対象者）も接種ができます。対象者には予診票を4月以降、順次郵送します。

●対象 小学6年生～高校1年生の女子

【特例対象】

◆平成9年4月1日～平成17年3月31日生まれの方

●接種期間

4月1日～令和7年3月31日

こころが疲れていませんか？～3月は自殺対策強化月間です～

★健康推進課 ☎24-2003

全国の自殺者数は、令和2年に21,081人（警察庁自殺統計）と、交通事故死の約7倍と高い水準で推移しています。本市でも、毎年数名が自殺により亡くなっています。あなたやあなたの大切な人のために、できることをしてみませんか。

気がついて！こころのSOS

自殺の多くは心理的に追い込まれた末のものです。自分も周りも気がつかないうちに、こころの悩みを抱え、深刻な状態になっているかもしれません。自殺の危険を示すサインに気がついたら、まず相談しましょう。

自殺の危険を示すサイン

- うつ病の症状（気分が沈む、自分を責める、不眠等）
- 原因不明の体調不調が長引く
- 酒量が増す
- 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- 職場や家庭でサポートが得られない
- 重症の身体の病気にかかる
- 本人にとって価値あるものを失う
- 自殺を口にする
- 自殺未遂におよぶ

大切な命を守るポイント

■気づく

こころの悩みを抱えている人が発するサインに気づいたら、声をかけましょう。相手の気持ちを尊重し、共感しながら耳を傾けましょう。

■つなぐ

こころの病気の兆候があれば、本人を理解してくれる家族、友人、上司の協力を求めましょう。また、治療の第一歩は、相談機関、医療機関の専門家への相談から始まります。

■見守る

身体やこころの健康状態について優しく声をかけて、見守りましょう。周りの人は、本人の身体やこころの負担が減るように配慮しましょう。

いっしょに考える相談先があります

相談窓口（時間等）	電話番号
健康推進課（平日午前8時30分～午後5時15分※年末年始を除く）	☎0495-24-2003
こころの健康相談統一ダイヤル（毎日24時間）	☎0570-064-556
よりそいホットライン（毎日24時間）	☎0120-279-338
埼玉いのちの電話（毎日24時間）	☎048-645-4343
さいたまチャイルドライン（午後4時～9時※年末年始を除く、18歳まで）	☎0120-99-7777
埼玉県こころの電話（平日午前9時～午後5時※年末年始を除く）	☎048-723-1447
自死遺族相談（来場相談）要予約（平日午前9時～午後5時※年末年始を除く）	☎048-723-6811

新型コロナウィルス感染症とこころのケア



働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」

