

# 新型コロナウイルスワクチン接種について

## ＜集団接種を希望される方＞

町の集団接種でのワクチン接種を希望される方は、電話または、インターネットで予約してください。

### 電話での予約はこちら

上三川町コロナワクチン相談・予約センター

**☎028-614-7213**

対応時間：午前9時30分～午後7時 土日・祝日を含む毎日

外国語ダイヤル050-3816-9148

.....(ベトナム語・英語・中国語対応)

FAX 番号028-632-3750

.....(耳が不自由な方がご利用いただけます)

### インターネットでの予約はこちら



または、町のホームページトップの「新型コロナウイルスワクチン接種予約受付はこちらから」をクリック

QRコード

## ＜個別接種を希望される方＞

町内のかかりつけ医にて接種を希望される方は、直接医療機関にご予約ください。なお、集団接種との重複の予約はできませんのでご注意ください。

## ＜予約の受付について＞

年齢の高い順に受付しています。年齢ごとの予約開始のお知らせは個別通知等で順次ご案内しています。なお、下記の基礎疾患一覧に該当する方は、年齢を問わず現在予約受付中です。

### 基礎疾患一覧

#### 1. 以下の病気や状態の方で、通院／入院している方

- 慢性の呼吸器の病気
- 慢性の心臓病（高血圧を含む。）
- 慢性の腎臓病
- 慢性の肝臓病（肝硬変等）
- インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病又は他の病気を併発している糖尿病
- 血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く。）
- 免疫の機能が低下する病気（治療や緩和ケアを受けている悪性腫瘍を含む。）
- ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
- 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
- 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害等）
- 染色体異常
- 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態）
- 睡眠時無呼吸症候群
- 重い精神疾患（精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、又は自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する場合）や知的障害（療育手帳を所持している場合）

#### 2. 基準(BMI30以上)を満たす肥満の方

### ～ワクチン接種を終えた後も感染予防対策を！～

これからお盆休みの時期ですが、ワクチン接種をすでに済ませた場合でも、マスクの着用・手洗い・3密を避ける等の感染予防対策の継続をお願いします。

▼問い合わせ先＝上三川町コロナウイルスワクチン接種対策班 ☎69126

## 子どもを健やかに育むために ～子育ての工夫のポイント～

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。

子育てのための工夫のポイントを心がけながら、子どもに向き合しましょう。

### 1. 子育てに体罰や暴言を使わない

一見、体罰や暴言には効果があるように見えますが、叩くことによって得られた子どもの姿は、叩かれた恐怖によって行動した姿。自分で考え行動した姿ではありません。

子どもにとって大人から叩かれることはとても怖いことです。ちょっと叩かれただけ、怒鳴られただけでも、心に大きなダメージを受けることもあります。

「叩かない」「怒鳴らない」と心に決めましょう。

### 2. 子どもが親に恐怖を持つとSOSを伝えられない

親に恐怖を持った子どもはどのような行動を起こすでしょうか。親に気に入られるように、親の顔色を見て行動するようになります。

また、恐怖を持つ親に対しては、子どもが心配事を打ち明けられなくなります。心配事を相談できないと、いじめや非行など、より大きな問題に発展してしまう可能性もあります。

### 3. 爆発寸前のイライラをクールダウン

子どもが言うことを聞いてくれないときに、イライラすることは誰でもあること。でも、疲れていたりして、もともと抱えているストレス度が大きいと、子どものちょっとした行動（おもちゃの取り合い、すぐに動かないなど）をきっかけに、イライラが爆発してしまうことがあります。

イライラが爆発する前に、クールダウンするための、自分なりの方法を見つけておきましょう。

### 4. 親自身がSOSを出そう

育児の負担を一人で抱え込まずに、家族に分担してもらったり、さまざまな支援サービス（ファミリーサポート、一時預かりなど）の利用も検討しましょう。

### 5. 子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援

子どもに「イヤだ!」と言われたとき、親自身が戸惑うこともあるでしょう。でも2、3歳の子どもの「イヤ」は、自我の芽生えであり、成長の証でもあります。「どうしたらいいかな?」と、子どもの考えを引き出し、必要に応じて助け船を出しながら、子どもの言い分を気長に聴きましょう。

「わがままな子になっては困る」という思いから、親は指示的に対応してしまうこともありますが、子どもの成長過程で必ず通る道だと大らかに構えて、子どもの意思を後押ししていきましょう。

### ○子育てに悩んだら、町に相談しましょう。

町には、子育て相談窓口や子育てを応援する行政サービスがあります。

子育てに悩んだら、それが些細なことであっても一人で悩みを抱え込まず、町に相談してください。上三川町は子育てを頑張る皆さんの味方です。

▼子育てに関する相談・子どもの虐待に関する相談窓口＝

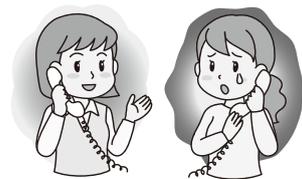
子ども家庭課 相談支援係 ☎69137

▼虐待かも・・・と思ったら＝

児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189 いちはやく

▼子どもの健康・発達に関する相談窓口＝

子育て世代包括支援センター「しらピヨ」(子ども家庭課 母子健康係内) ☎69132



▼問い合わせ先＝子ども家庭課 相談支援係 ☎69137