



新型コロナウイルス感染状況 (1/4~1/10)		今週 (1/10時点)	先週 (1/3時点)	先々週 (12/27時点)	季節性 インフルエンザ 発生状況 (12/26~1/1)
千葉県 →		レベル 2	レベル 2	レベル 2	※定点医療機関 からの報告数 ※()内は定点医療 機関数
千葉県の 新規感染者数	直近7日間 合計 ↑	48,551人	38,497人	53,201人	全国 (約5,000)
	直近7日間 平均 ↑	6,935.9人	5,499.6人	7,600.1人	
	直近1週間と 先週1週間の 比較 ↑	1.26	0.72	1.06	千葉県 (166)
千葉県のPCR陽性率 (7日間移動平均、民間検査会社提供) ↓		23.94% (1/7時点)	39.18% (12/31時点)	43.53% (12/24時点)	429 前週比：+193 昨年同期比：+425
即応病床使用率 (確保病床入院者数/即応病床数) ↑		68.6%	64.7%	66.4%	松戸保健所管内 (19)
即応居室使用率 ↑		29.1% (1/9時点)	19.6%	27.1%	
東京都 →		レベル 2	レベル 2	レベル 2	

レベル2 【感染拡大初期】

(参考とする指標) 診療・検査医療機関(発熱外来)の患者数が急増し負荷が高まり始める。病床使用率が概ね30~50% 等

市内新型コロナウイルス感染者の発生状況

※千葉県公表情報に基づく

期 間	合 計	発生状況	
		医療機関等で診断 (※1)	陽性者登録センターに登録 (※2)
12/16 ~ 12/22	3727	2448	1279
12/23 ~ 12/29	3775	2382	1393
12/30 ~ 1/5	2617	1157	1460

(※1) 発生届の提出の有無にかかわらず、市内医療機関等で新型コロナウイルス感染症と診断され報告があった人数。医療機関の所在地で集計するため、市外居住者も含まれる。

(※2) 医療機関を受診せず、検査キットを使った自己検査等で陽性となり、陽性者登録センターに登録した市内居住者の人数。居住地単位で集計するため、市内居住者のみとなる。

抗原検査キットを使って鼻腔で検査するときは、綿棒を2cm程度挿入し、しっかり粘液をめぐり取りましょう。検査のタイミングは発症から1日経過後(ウイルスがしっかり増殖するため)が良いとされています。

【ワクチン情報】接種予約について

現在、接種予約枠については比較的余裕がある状況ですが、接種会場及び接種日時によっては早期に埋まってしまうこともあります。

接種を検討されている場合は、お早めに予約をお取りいただくことをおすすめします。

●予約サイト使い方のコツ

予約枠が空いている会場を探す際に、会場名を選択して「予約する」をクリックすると選択した会場しか表示されません。会場名を選択せず、地域（松戸、馬橋・新松戸 など）を選択した状態で「予約する」をクリックすると、選択した地域全体での検索が可能となります。空いている会場を探す際にご活用ください。

新型コロナワクチン接種のご予約は、市予約サイトもしくはコールセンター（0120-684-389）をご利用ください。



（市ワクチン予約サイト）

新型コロナ感染後の体調不良（後遺症）

- ✓ 療養終了後も、倦怠感や息切れなどの症状が続く後遺症。
- ✓ 一旦症状が改善した後、あらためて後遺症のような症状が出た方は1割程度で、**9割の方は療養期間中から症状が続いて**後遺症になっています（ヒラハタクリニックの統計より）。

感染したら2カ月は絶対に無理をしない

- ✓ **発症から2カ月は、激しい運動や無理な活動は控えて**をお過ごしください。
- ✓ 無理をすると重症化する恐れがあります。

症状が重くなると…

- ◆ 軽い労作（近所への買い物）や、ストレス（家族との喧嘩）などの後、5～48時間後に急激に強い倦怠感などの症状が出てしまうPEMと呼ばれる状態になることもあります。

<典型的な症状の例>

- ・入浴すると1日寝込む
- ・1時間散歩の翌日から3日間ほぼ寝たきりになった

新型コロナ感染後の体調不良にお悩みの場合

- ✓ **まずは、かかりつけ医や診断を受けた医療機関等に受診・相談**
症状に応じて受診する診療科を決めて受診・相談しましょう。必要に応じて、受診した医療機関から専門医の紹介があります。
- ✓ **保健師による健康相談**
市の保健師が相談に応じます。健康推進課(047-366-7481)にご連絡ください。
(受付時間:平日の午前8時30分～午後5時)

症状がでた場合に備えて、抗原定性検査キットと解熱剤のご用意を

- ✓ 症状がでた時に備えて、抗原定性検査キットと解熱鎮痛薬をご用意ください。
- ✓ 抗原定性検査キットを購入する際は、国の承認を受けている【体外診断用医薬品】又は【第1類医薬品】と表示されたものをご購入してください。
- ✓ 「研究用」と称して市販されている抗原定性検査キットは、国が承認したキットではなく、性能等が確認されていないため、陽性者登録には使えません。
- ✓ 市内の協力薬局では、市が指定した医療用抗原検査キットを1キット500円で購入できます。

詳細は市ホームページでご確認ください



インフルエンザが流行シーズン入りしました

- ✓ 2022年第51週(12月19日～25日)における千葉県インフルエンザ定点あたり患者報告数が1.15となり、国がインフルエンザの流行開始の目安とする1を上回り、(2019/2020シーズン)以来3シーズンぶりに流行入りしました。
- ✓ インフルエンザは突然の高熱、頭痛、関節痛など、普通の風邪に比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを合併し重症化することがあるため、体力のない高齢者や乳幼児などは特に注意が必要です。
- ✓ 予防には手洗いや咳エチケットに努め、重症化予防のための予防接種を検討しましょう。