

# この冬、コロナ・インフルエンザ同時流行に備えて

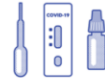
熱が出たときのために、検査キットや解熱鎮痛薬、食料品などをあらかじめ準備しておきましょう。

## 医薬品等の例

### 市販の新型コロナ抗原検査キット

国が承認したキットを選びましょう。

「体外診断用医薬品」または「第1類医薬品」と表示



### 市販の解熱鎮痛薬

都薬剤師会のホームページを参考にしましょう。



### 体温計

電池残量も確認しましょう。



### 生活必需品

手指消毒剤、洗剤、ゴミ袋、衛生用品、トイレトーパー、ティッシュペーパーなど



## 食料品の例

### 水分補給ができるもの

スポーツ飲料、経口補水液、ゼリー飲料など



### 体調がすぐれない時でも食べやすいもの

レトルトのおかゆ、パックごはん、うどんなど

### 調理せずに簡単に食べられるもの

レトルト食品、缶詰、即席スープ、インスタント味噌汁、冷凍食品など



1週間分を目安に備えましょう。



ワクチン接種をご検討ください。

## 新型コロナウイルスワクチン

✓オミクロン株に対応したワクチンは、従来型を上回る効果が期待されます。

1・2回目接種を完了した12歳以上で、前回の接種から3か月以上経過している方が接種可能です。

1人1回接種できます。

詳しくはこちら



## インフルエンザワクチン

✓65歳以上の方等の定期接種の対象で接種を希望する方は、お早めに接種をお願いします。

区市町村での接種はこちら



都の接種会場でのコロナワクチンとの同時接種はこちら



手洗い・マスク着用・換気などの基本的対策も忘れずに



令和4年10月27日

<ワクチン接種に係る学校の指導について>

学校の教育活動においては、児童に、新型コロナワクチンの接種を受ける又は受けないことによって、差別や偏見、いじめにつながらないように指導しています。

新型コロナワクチンの接種は強制ではありません。接種はあくまでも本人及び保護者の意思で受けていただくものです。身体的な理由や様々な理由によってワクチンを接種することができない人や接種を望まない人がいること、また、その判断は尊重されるべきであることについて、御理解いただきますようお願いいたします。

お困りのことがございましたら、学級担任やスクールカウンセラー、小平市教育相談室(042-343-9411)に御相談ください。

## マスクの着用について

マスクについては、**場面に応じた適切な着脱**をお願いします。

**屋外** 季節を問わず、**マスク着用は原則不要**です。

！ 人との距離(めやす2m)が保てず、会話をする場合は着用をお願いします。



**屋内** 距離が確保でき 会話をほとんど行わない場合をのぞき、**マスクの着用をお願いします。**

マスク着用推奨

マスク着用推奨



！ 人との距離(めやす2m)が保てて、会話をほとんど行わない場合は着用の必要ありません。

**基本的な感染対策はメリハリをつけましょう。**  
高齢の方に会う時、病院に行く時、通勤ラッシュ時や人混みの中ではマスクを着用しましょう。



新型コロナウイルス  
マスクの着用について  
(厚生労働省HP)

