

滋賀県難病センターだより

〒520-0044

滋賀県大津市京町四丁目 3-28

滋賀県厚生会館 別館2階

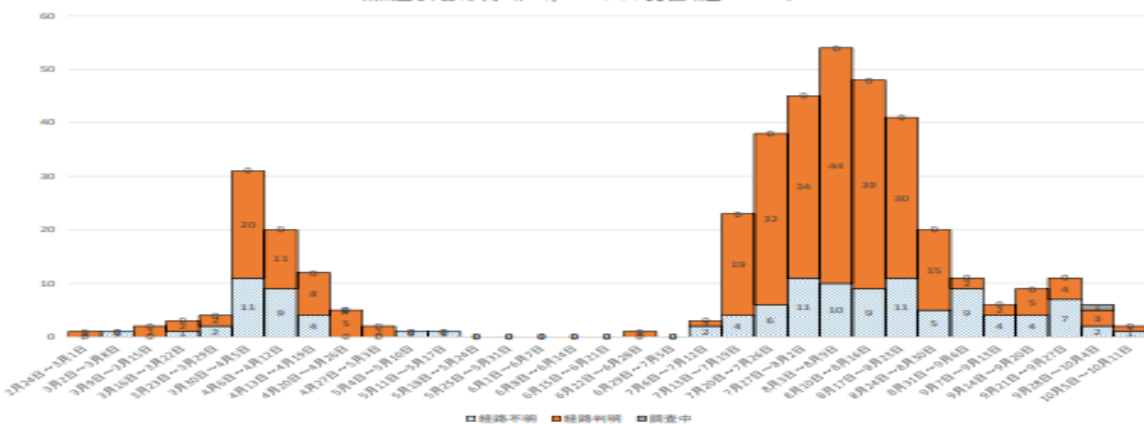
TEL077-526-0171・FAX 077-526-0172

ホームページはこちら https://www.pref.shiga.lg.jp/site/e/kenko-t/nanbyou_center/
 メールはこちら sigananbyo@ex.biwa.ne.jp

ひとりで悩まないで・・・ 同じ悩みを持つ仲間はこちらにいます

滋賀県における新型コロナウイルス感染症の動向

新型コロナウイルス感染症の流行曲線(発症日別)
 (無症状者は除く)10/11 16:30現在(週ベース)



出典:滋賀県ホームページ 新型コロナウイルス感染症にかかる滋賀県内の感染動向等(週報 10/5~10/11)より

今年、新型コロナウイルス感染症の流行により、3月には学校の休校、4月には緊急事態宣言の発令、外出自粛など、日常生活が一変してしまいました。滋賀県においては、6月から第2波が到来し、複数のクラスターが発生しましたが、9月に入り、感染者数は減少傾向となりました。しかし、冬に向けてまだ油断できない状況が続きます。適度に恐れ、適切に予防しましょう。



新型コロナウイルス感染症に関する情報を得るには？

○厚生労働省ホームページ

https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/qa-iichitai-iryokikan-fukushishisetsu.html#h2_1

新型コロナウイルス感染症に関するQ&A等

新型コロナウイルス感染症情報 厚生労働省
 友達追加はこちら→



○国立感染症研究所ホームページ

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov/9324-2019-ncov.html>

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 関連情報ページ

○滋賀県ホームページ

<https://www.pref.shiga.lg.jp>

滋賀県新型コロナ対策パーソナルサポート
 友達追加はこちら→



「もしサボ滋賀」の登録をお願いします

施設等がQRコードを発行申請

WebフォームからQRコードの発行申請する



QRコードを施設等で掲示

発行を受けたQRコードを施設やイベントの受付・入り口等に掲示して、施設利用者に読み取りを呼びかける



利用者がコードを読み取り

利用者は施設等を訪れたときにQRコードを読み取る



滋賀県からお知らせ

同じ施設等の利用者に新型コロナウイルスの感染が確認され、保健所が不特定の方への感染の恐れが高いと判断した場合に対象者にLINEメッセージでお知らせする。





油断せずに再確認！
一人ひとりの基本的な感染対策が大事です



- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）開ける
- 会話をするときには、可能な限り真正面を避ける
- 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う人混みの多い場所に行ったときは、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う（手指消毒の使用も可）

インフルエンザ予防接種の時期について

より必要とされている方に確実に届くように、時期をずらして接種いただきますよう、御協力をお願いします。

10月1日～	<p>● 65歳以上の方（定期接種対象者）※</p> <p>※ 65歳以上の方のほか、60歳から65歳未満の慢性高度心・腎・呼吸器機能不全者等</p> <p>※ 定期接種の開始日は、お住まいの市町で異なりますので御確認ください。</p> <p>上記以外の方は、10月26日まで接種をお待ちください。 65歳以上の方の接種ができるよう御協力をお願いします。</p>
10月26日～	<p>● 医療従事者</p> <p>● 基礎疾患を有する方</p> <p>● 妊婦</p> <p>● 生後6か月～中学3年生</p> <p>上記以外の方も接種できます。</p>

定期接種対象者、妊婦および生後6か月～中学3年生の方については、接種費用の助成を受けられることがあります。お住まいの市町に御確認ください。

皆様へのお願い

- ・ 感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いの徹底をお願いします。
- ・ 接種に当たっては、あらかじめ医療機関にお電話での予約をお願いします。
- ・ インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、発病を必ず防くわけではなく、接種時の体調などによって副反応が生じる場合があります。医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後に体調に異変が生じた場合は医療機関に御相談いただくようお願いいたします。
- ・ インフルエンザワクチンの供給量には限りがあります。
- ・ お示した日程はあくまで目安であり、前後があっても接種を妨げるものではありません。

滋賀県感染症対策室



もし気になる症状が出たら？

難病等の基礎疾患をお持ちの方で、症状に変化があったときや、気になる症状があるときは、まずは、かかりつけ医に相談しましょう。
* 必ず電話で事前連絡してから受診してください。



新型コロナウイルス感染症はどんな症状が多いの？

滋賀県における届出時の有症状者の症状として、最も多いのは、「発熱」及び「咳」が主な症状として認められています。年齢別症状の特徴としては、15歳～64歳の方のうち、「味覚・嗅覚障害」は30%強の人に症状が認められています。また、14歳未満の年齢層では、軽度の「発熱」や「咳」、「鼻汁」といった風邪症状の人が大半に認められています。

出典：滋賀県ホームページ 新型コロナウイルス感染症にかかる滋賀県内の感染動向等（週報 10/5～10/11）より

滋賀県からのお知らせ

特定医療費（指定難病）受給者証の有効期間は自動で1年間延長されています。

受給者証に記載の有効期間（例：令和2年9月30日）を過ぎても使用できますので、御承知おきください。

*平成31年1月から令和元年12月にかけて所得が大きく減少等した方や、新たに高額かつ長期の制度に該当する方は、自己負担上限額が変更になる場合がありますので、保健所にて手続きを行ってください。詳しくは滋賀県のホームページをご覧ください。最寄りの保健所までお問い合わせください。

「医療講演会に参加して」

清原 教子



私は、30代の時に膠原病の中のシェーグレン症候群と、全身性エリテマトーデスと診断され、それから20年が過ぎました。

発病期は、介護が必要な全身の関節痛、発熱、湿疹、目や口の乾き、突然、原因不明で襲ってくる体調悪化による入院生活に不安しかありませんでした。自分の病気をもっと知りたいと医療講演会に参加するようになりました。

講演会は、病気の治療や薬、副作用の他にも、日常の過ごし方や医療制度のこと、知らない情報や他の患者さんの話を伺えてたいへん勉強になりました。講演の内容から、主治医に質問をしたり、検査を受けて私に使える新しい薬に変更してもらったりしました。主治医とも会話がぐえ、安心もぐえ、体調が落ち着くようになりました。

去年は、「骨粗しょう症について」の講演会に参加しました。大量のステロイドの影響で、早い時期に骨粗しょう症と診断されショックでした。

ビスホスホネート製剤、カルシウム、ビタミンDを服用しはじめて骨密度の数値も改善されてきましたが、雪道で転倒し、骨折して身長が3cmも縮みました。

講演では、薬の処方ほかに、運動やバランスの良い食事が大切であることの詳しい説明がありました。ウォーキングの他にスクワットや、ロコモーショントレーニングを取り入れたりしました。また、今まで以上にカルシウムの吸収が良い、バランスの取れた食生活を考えるきっかけになりました。

話を聞いて終わるだけでなく、できるところから少しずつ無理のない範囲で実行してこれからも元気で過ごしたいと励んでいます。本やネットの中ではなく、講演会は先生や他の患者さんの生の声があり、楽しく学べます。

コロナが落ち着き、再び講演会が開催され、皆さんとお出合い出来ることを待ち望んでいます。



今後の予定

ホッとサロン

11月 6日(金)	甲賀保健所
11月17日(火)	滋賀県難病相談支援センター
11月27日(金)	彦根市保健・医療複合施設くすのきセンター
12月 8日(火)	ふれあいプラザ(明日都浜大津)4階ホール
12月22日(火)	滋賀県難病相談支援センター



医療講演会

- ★難病コミュニケーション支援講座 (ZoomによるWeb研修)
日時: 11月10日(火) 14:00~16:00 先着30名
各自でインターネット環境をご準備ください。
- ★膠原病医療講演会
日時: 11月22日(日) 13:45~15:30
会場: 草津市立まちづくりセンター 301号室・302号室
講師: 鳥越医院 鳥越公彰先生 「膠原病と感染症」 先着50名



難病患者就労相談

働きたい!働き続けたい!を応援します。

日時: 毎週金曜日 10時~15時
場所: 滋賀県難病相談支援センター
難病患者就職サポーターとともに就労相談を実施しています。

予約制

相談無料

秘密厳守

ホッとサロン・医療講演会・難病患者就労相談は難病相談支援センターへ必ず事前にお申し込みください。新型コロナウイルス感染症の感染状況により中止になることがありますので、事前に難病相談支援センターへお問い合わせください。ホームページでもご確認ください。

☎ 077-526-0171 FAX 077-526-0172

メール signanbyo@ex.biwa.ne.jp

滋賀県難病相談支援センター

- 開所時間●平日: 午前9時~午後5時
第1土曜日: 午後1時30分~午後4時
※第1土曜は都合により閉館の場合がありますのでよろしければ事前にお問い合わせください。
- 電話・面談相談時間●平日午前10時~午後4時
第1土曜は午後1時30分~午後4時
※就労相談は金曜 午前10時~午後3時 予約制
難病支援員(保健師・看護師・社会福祉士)や難病相談員(患者・家族)がいます。
療養や日常生活の悩みや不安など、どんなことでもご相談ください。
相談は無料、秘密は厳守いたします。

※このたよりについてのご意見・ご感想をお寄せ下さい