

「事務局だより」 94号

毎月 入会説明会
20日13時30分～ 令和3年6月10日
第1土曜日9時～

～ シルバーと呼ばれたくない あなた！！



そんな あなたを シルバー人材センターは 待ってます 会員募集中

(公社) 長泉町シルバー人材センター
988-2670
会員数: 330名(男194/女136)

◆ コロナワクチン接種日の夜以降にでる副反応の対応 接種1回目と2回目の副反応はかなり違うようです。

コロナワクチン接種の第1回は、5月13日から第2回目は6月3日から行われています。1回目は、何とも無かった方も、2回目には、だるかったり、頭痛がしたりとか、症状の出る方もいるようです。

そこで、接種日の翌日は、お仕事をお休みできる環境をつくり、万が一熱や症状が出た時のため、主治医に解熱鎮痛剤(げねつちんつうざい)を処方してもらっておく事も大切です。

65歳以上の2回目の接種でどんな症状が出るの？対策は？

接種2日目 熱に注意！ 解熱鎮痛剤(げねつちんつうざい)の用意を！



熱がでる人

若い人は2人に一人

65歳以上の約10%の人が発熱(20代50% 50代30% 女性の方が多い)
2日目に熱がでる方がほとんどで、その半分は38度以上です。



頭痛がする人

65歳以上の約20%の人が頭痛を感じ(20代60% 50代45% 女性の方が多い)
3、4日間の頭痛があり、2割位の人は鎮痛剤が必要です。



だるさがある人

65歳以上の約38%の人がだるさを感じ(20代75% 50代65% 女性の方が多い)
3、4日間だるさが続き、半分位の人は生活が困難で鎮痛剤が必要です。

【対策】

- ①主治医に相談して、数日分の解熱鎮痛剤を処方してもらいましょう。持病(主治医)のない方は、薬局で市販の解熱鎮痛剤を購入。できるだけ強くないもの。
- ② 2回目の接種日当日は安静に。翌日は、できるだけ仕事をお休みし安静に。
- ③ おひとりの方は、家族や親しい方に、万が一熱が出たときの為、接種する日を伝えておきましょう。

【熱や症状がでたら】

解熱鎮痛剤を飲んで様子を見ましょう。

Q ワクチン接種前後の飲酒はいいですか？

A 禁止はされていませんが、飲酒はできるだけ控えて下さい。ワクチン接種後に体調を崩した場合、症状が悪化する可能性があります。

接種日の夜以降に出る副反応は、コロナの免疫がつく時の身体の反応とされ、数日で自然に治まるので大丈夫です。

但し、次のような場合は、医師にご相談ください。

- ① 数日たっても、症状が引かず、むしろ症状が強くなってきた。
- ② これまでと違う新しい症状が出てきた。
- ③ 体のだるさが強く、飲食ができない。



接種当日の注意事項

- ① 指定された、時間の10分前には、会場に着くようにしましょう。
- ② 「接種券」と「予診票」「4日分の体温記録」「本人確認書類:運転免許証、保険証等」を持って行ってください。
- ③ 概ね、50分程度で終了します。



Q ワクチンほどの位の効果がありますか

A 現在接種しているファイザー製ワクチンは、2回目の接種が終了した1～2週間で抗体ができあがり、感染する確率は20分の1になり、又重症化も防げると言われています。

まだコロナワクチンの予約が取れていない方

役場から第3回目の予約案内の通知が来たら、事務局で予約開始当日に申請代行をします。

事務局にあらかじめ連絡ください。

5/24 2回目の予約開始日には52人がシルバーで予約⇒

シルバー会員が行う
コロナ予約代行の会場



◆ これからの行事（お楽しみ）

今年、10月末から11月に少人数のバス旅行を互助会で計画しています。

久しぶりに、仲間同士でお出かけできそうです。どうぞ期待を！！

コロナの予防接種が進み、秋ごろにはかなり多くの方々が、ワクチン接種済みとなります。

米疾病対策センター(CDC)は、新型コロナウイルスに対するワクチンを接種して2週間以上たった人同士なら、対人距離を気にせず交流できるとする指針を発表しています。

なので、バスの定員を減らし、県内や近県の近場で計画する予定です。

🌸 桜堤遊歩道の清掃ボランティアとウォーク（4、12月を除き毎月第3水曜日）

シルバーの総会は昨年と同じ、書面提出の方法によることになり、総会資料に同封されたハガキを6月22日（火）までに忘れずに投函して下さい。

会費未納の方は、総会までに納入願います。年間2,500円