場面に応じてマスクの着脱を

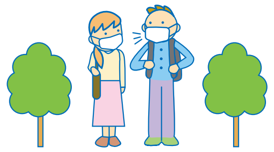
問合せ／保健予防課（☎243-7315）

マスクの着用は、新型コロナウイルス感染症の基本的な感染対策として重要です。
一方、屋外で人との距離が確保できる場合など、マスクの着用が必要ない場面もあります。次を参考に、屋外・屋内での、場面に応じたマスクの着脱をお願いします。

マスクの着用を推奨する場面　※距離の目安は2m。

屋外

〇近い距離（2m以内）で会話をする場合



屋内

〇人との距離が確保できない場合
〇会話をする場合
〇外気の流入が妨げられる建物の中や地下街
〇通勤時の電車やバスの車内

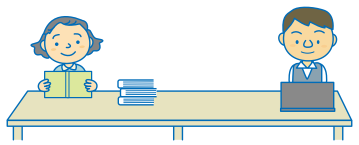
マスクの着用が必要ない場面　※距離の目安は2m。

屋外

〇ほとんど会話をしない場合
〇人との距離が確保できる場合
（例）・散歩やランニング
・サイクリング
・徒歩や自転車での通勤
・屋外で人とすれ違う　など

屋内

〇人との距離が確保でき、ほとんど会話をしない場合
（例）・図書館での読書
・芸術鑑賞　など

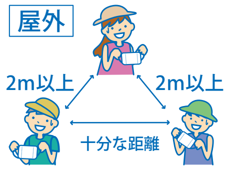


子どものマスクの着用について

- 2歳未満の子どもは、マスクの着用は推奨されていません
- 2歳以上、就学前の子どもについては、マスクの着用を一律には求められていません

熱中症に注意

夏場は、熱中症のリスクが高まることから、マスクの着用が必要ない場面では、マスクを外すことが推奨されています。



- 利用する場所で講じられている対策がある場合、それを踏まえた対応をお願いします
- 高齢者と会うときや病院に行くときなど、重症化リスクの高い方と接触するときは、マスクを着用しましょう

こころの相談窓口のご案内

問合せ／保健予防課（☎243-7315）

新型コロナウイルス感染症の流行によって、生活環境が大きく変わっています。環境変化は大きなストレス要因になります。コロナ禍におけるこころの不調は、「異常」に対する「正常」な反応であり、誰にでも起こり得るものです。
「そわそわ落ち着かない」「感染への不安」「生活リズムの変化」などによる、こころの不調を感じたら、一人で抱え込まず、周囲の方や相談窓口に相談してください。右の各相談窓口のほか、厚生労働省のホームページもご覧ください。

▼保健予防課
時間／午前9時～午後4時　**電話**／243-7315　※平日のみ。
▼いばらきこころのホットライン
時間／午前9時～正午、午後1時～4時　**専用電話**／月～金曜日…244-0556　土・日曜日…0120-236-556　※年末年始、祝日を除く。
▼茨城県精神保健福祉センター
時間／午前8時30分～午後5時15分　**専用電話**／243-2870
▼茨城いのちの電話
時間／24時間対応　**専用電話**／350-1000または029-855-1000　※不定期で、夜間に休みになることがあります。

厚生労働省ホームページ「まもろうよ こころ」
厚生労働省ホームページ（https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/）では、それぞれの悩みに応じた電話相談窓口のほか、SNSやチャットで相談できる窓口をお知らせしています。

新型コロナワクチン4回目接種について

問合せ／水戸市新型コロナワクチン接種コールセンター（☎0570-089-310）

市では、現在、新型コロナワクチン4回目接種を行っています。7月11日（月）からは、医療機関での個別接種会場を増やすほか、ミオス（赤塚1）での集団接種をはじめます。7月16日（土）からは、市総合運動公園体育館（見川町）での大規模接種を開始します。また、県大規模接種会場も、県庁福利厚生棟アリーナ（笠原町）に設けられています。

個別接種実施医療機関

	会場	使用ワクチン
7月10日（日）まで	市内10か所	ファイザー社製ワクチン、武田／モデルナ社製ワクチン ※医療機関ごとに異なります。医療機関ごとの使用ワクチンは、市ホームページや接種券同封のお知らせなどでご確認ください。
7月11日（月）から	市内46か所	

4回目接種の対象者や予約受付スケジュールなど

対象／3回目接種が終了した日から少なくとも5か月以上経過した、60歳以上の方と、18歳～59歳で基礎疾患のある方、妊婦の方など重症化リスクが高い方

※18歳～59歳の基礎疾患のある方、妊婦の方など重症化リスクが高い方で、4回目接種を希望する場合は、接種券発行の申請手続きが必要です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

3回目接種をした時期	接種券発送日（予定）	予約開始日（予定）
令和4年3月1日～3月 7日	7月11日（月）	7月18日（月）
令和4年3月8日～4月11日	7月18日（月）	7月25日（月）

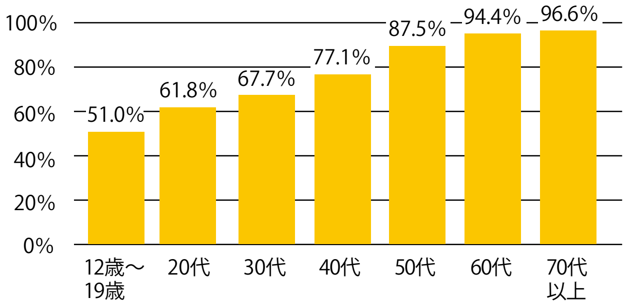
※以降、3回目接種をした時期に応じ、順次、接種券などを発送します。

新型コロナワクチン3回目接種について

問合せ／保健予防課新型コロナワクチン事業室（☎303-6313）

新型コロナワクチン3回目接種の対象となるのは、2回目の新型コロナワクチン接種を終了した12歳以上の方です。基礎疾患がある方など重症化リスクが高い方や、重症化リスクが高い方との接触が多い方は、特に接種をおすすめしています。

水戸市　年代別の3回目接種率（6月20日現在）



新型コロナワクチン接種の予約方法

▼インターネット予約
専用サイト／https://vaccines.sciseed.jp/mito-city　※右の二次元コードからも申込めます。

▼電話予約
水戸市新型コロナワクチン接種コールセンター
専用電話／0570-089-310
時間／午前9時30分～午後5時　※予約開始日は、午前10時から受付。土・日曜日、祝日も開設。

武田社製ワクチン（ノババックス）について

組換えタンパクワクチン（不活化ワクチンの一種）である武田社製ワクチンは、mRNAワクチン（ファイザー社製ワクチン、武田／モデルナ社製ワクチン）に比べ、副反応が出る頻度が低いとされています。
市では、現在、次のとおり武田社製ワクチンの接種を実施しています。
接種医療機関／藤原内科医院（見川町）
予約方法／左下の「新型コロナワクチン接種の予約方法」をご覧ください。

▼1・2回目接種

接種日	①7月 5日（火）／7月26日（火） ②7月12日（火）／8月 2日（火） ③7月19日（火）／8月 9日（火）
接種人数	各日10名
対象	18歳以上の方

▼3回目接種

接種日	7月6日～8月10日の毎週水曜日
接種人数	各日15名
対象	18歳以上で、2回目接種が終了した日から6か月以上が経過している方