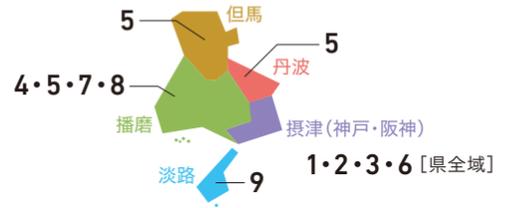


# 旬トピ! ~Timely Topics in HYOGO~



## 1 県民の皆さんへ協力をお願い ~新型コロナとインフルエンザが同時流行中~

### 体調不良時の外来受診について

- 重症化リスクの高い人(65歳以上の高齢者、基礎疾患のある人、妊婦など)や小学生以下の子どもは、まずかかりつけ医や発熱外来に相談してから受診しましょう。症状が軽く、基礎疾患がないなど低リスクの人は、抗原検査キット(研究用を除く)による自己検査や自主療養にご協力をお願いします。

症状が軽く  
低リスクの人への  
自己検査による  
療養のお願い



### 発熱等の体調不良時に備えて準備を

- 抗原検査キットや解熱剤等の常備薬、1週間程度の食料品をあらかじめ準備しておくで安心です。
- 電話相談窓口などの連絡先を確認しておきましょう。

医療機関の受診や抗原検査キットによる自己検査、無料検査所で陽性が判明した場合、重症化リスクの低い人は「県陽性者登録支援センター」に登録し、自宅療養をお願いします。詳しくは県ホームページで確認してください。

県陽性者登録  
支援センターに  
ついて



※神戸市、姫路市、尼崎市、西宮市、明石市の人は各市ホームページで確認してください

感染が拡大すると医療ひっ迫が懸念されます。医療崩壊を防ぐためにも、引き続き、基本的な感染対策の徹底や積極的なワクチン接種、体調不良時に備えた準備をお願いします。(県新型コロナウイルス感染症対策本部)

### 基本的な感染対策の継続を

- 以下のような感染対策を改めて徹底し、特に人混みや大声での会話などによる感染リスクに注意してください。
  - ▶適切なマスク着用、手洗いや手指消毒 ▶効果的な換気(暖房中も継続的な換気)
  - ▶3密(密閉空間、密集場所、密接場面)の回避 ▶ワクチンの積極的な接種
  - ▶十分な睡眠と栄養バランスの良い食事

### 県の相談窓口

発熱等の症状や相談先に迷う場合	新型コロナ健康相談コールセンター ☎078-362-9980(24時間) ☎078-362-9874 ※最寄りの保健所、健康福祉事務所でも受け付けています
発熱時など外国語で新型コロナの相談をしたい場合	県新型コロナ外国人専用健康相談窓口 ☎050-3171-3244(24時間) ※電話をした際、まず話したい言語を言ってください
罹患後症状(いわゆる後遺症)について	ひょうご新型コロナ後遺症相談ダイヤル ☎078-362-9278(9時~20時) ☎078-362-9044
副反応等について(ワクチン接種)	県新型コロナワクチン専門相談窓口 ☎0570-006-733(9時~21時) ☎078-361-1814

※この情報は1月18日時点のものです。最新の情報は県ホームページで確認してください

## 2 ヤングケアラー・若者ケアラーに 栄養のある食事を届けます

日常的に食事の用意をしているヤングケアラー※1・若者ケアラー※2の負担を軽減するため、家族全員分の食事を無料で届けるとともに、支援が必要な場合は福祉サービスにつながります。「自分の時間が欲しい」「ほっと一息つきたい」と悩んでいる人は、まずご相談ください。(県地域福祉課)



※1 大人が担うような家事や家族の世話、介護、感情面などのサポート等を行う18歳未満の子ども  
※2 ヤングケアラーと同様のサポート等を行い、就職や生活、健康に影響を受ける30歳代前半までの人

まずはご相談を	兵庫県ヤングケアラー・若者ケアラー相談窓口 ☎078-894-3989 (祝休日を除く月曜~金曜、9時30分~16時30分)	子ども・若者ケアラー相談・支援窓口 ☎078-361-7600 (祝休日を除く月曜~金曜、9時~17時)
神戸市以外の人	神戸市の人	

☎県地域福祉課 ☎078-362-3181 ☎078-362-4262

## 3 シミュレーションゲームで 消費者トラブルを回避せよ!



若い世代に向け、消費者トラブルを正しい選択で回避していくシミュレーションゲームを作成しました。ゲームの主人公の声は人気声優(梶裕貴さん、優木かなさん)が担当。若者に多い消費者トラブル、「マルチ商法」「エステ体験」「情報商材」「お試し購入」「くらしのレスキューサービス」「あやしいバイト」の6事例を設定しています。ゲームを楽しみながら、トラブルに巻き込まれないための見極め力を身に付けましょう。(県生活安全課)

消費者トラブル回避シミュレーションゲーム  
「18歳になったら成人してた件」  
※声優陣の音源が聞けるのは3月末まで



ここから  
プレイ!

☎県生活安全課  
☎078-362-3378  
☎078-362-4022