

新型コロナウイルス感染症関連情報

コロナ・インフルエンザ同時流行・感染に備えて
検査キット、薬、食料品などの準備をしておきましょう

【担当課】 保健予防課

この冬は、新型コロナウイルス感染症が今年の夏以上に拡大し、季節性インフルエンザと同時に流行する可能性があります。

感染確認に必要な新型コロナウイルス抗原定性検査キットや、自宅療養に必要な解熱鎮痛薬、食料品などをご自身であらかじめ購入しておきましょう。

また、家族に感染を広げないためにも、ご自宅の療養環境の準備もしておきましょう。

詳しくは東京都ホームページをご覧ください。

▲東京都ホームページ



発熱外来医療機関を拡充していきます

区では、この冬の感染者の増加に備え、医師会など区内医療機関と連携して、発熱外来医療機関を拡充しています(11月9日現在、134カ所を実施)。今後も医療機関と連携して、体制を強化していきます。

発熱外来を実施する医療機関など、詳しくは葛飾区新型コロナ受診相談窓口(☎03-3602-1376)へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症 関連相談

▶喉の痛みや発熱、咳、だるさなどがある方

●葛飾区新型コロナ受診相談窓口

☎03-3602-1376

(月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時15分)

●東京都発熱相談センター(毎日/24時間)

☎03-5320-4592 ☎03-6258-5780

●東京都医療機関案内専用ダイヤル(毎日/24時間)

☎03-5320-4327 ☎03-5320-5971 ☎03-5320-7030

▶後遺症などで相談したい方

●葛飾区後遺症相談窓口

☎03-3602-1399

(月～金曜日(祝日を除く)/午前8時30分～午後5時15分)

新型コロナワクチン関連情報

区では引き続き、新型コロナワクチン接種を実施しています

【担当課】 保健予防課

臨時接種会場

予約なしで接種が受けられます(3回目以降の方)

区内在住の方以外でも、お住まいの自治体が発行した接種券(予診票)をお持ちの方は接種を受けられます。

【日時】 12月2日(金) 午後4～8時

【会場】 中央図書館(金町6-2-1)

【対象】 初回接種(1・2回目接種)を完了し、前回接種から3か月以上経過した12歳以上の方

※12～15歳の方は保護者の同伴が必要です。

【定員】 先着200人

【持ち物】 接種券(予診票)、本人確認ができる物(運転免許証、健康保険証など)、接種履歴が分かる物

【使用するワクチン】

ファイザー社のオミクロン株対応ワクチン(2価/BA.4/5)

1・2回目の集団接種を実施しています

【日程】 1回目/12月3日(土)、2回目/12月24日(土)

両日とも2回目接種のみの予約も受け付けています。

【会場】 葛飾区医師会館(立石5-15-12)

【対象】 12歳以上の方

【使用するワクチン】 ファイザー社の従来ワクチン

【予約方法】 1・2回目接種の予約を希望する方は、予約サイトまたは葛飾区新型コロナワクチンコールセンターで予約してください。

2回目だけの予約を希望する方は葛飾区新型コロナワクチンコールセンターで予約してください。

問い合わせ

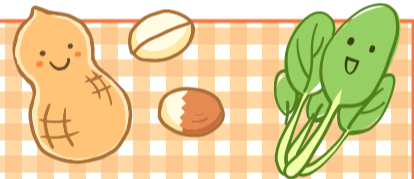
葛飾区新型コロナワクチンコールセンター

☎03-6625-7453(毎日/午前9時～午後6時)

FAX03-4531-8196(聴覚障害のある方など)



おうちで作ろう! 元気食堂メニュー



小松菜のピーナッツ和え

【担当課】 健康づくり課 ☎03-3602-1268



ピーナッツの香ばしさと食感で、青菜が苦手な方にも食べやすい味付けです。



◎不足しがちな野菜料理を一皿プラスすることで栄養バランスの良い食事がとれます。
◎旬の野菜と、風味のアクセントになる食材*を使い、調味料に頼らない味付けにしましょう。

※例
・ナッツ類…甘味や香ばしさが加わります(ごま、ピーナッツ、くるみなど)
・柑橘類…酸味やさわやかな香りが加わります(レモン、ゆず、すだちなど)

【材料】 2人分
小松菜……………1/2束
もやし……………20g
ピーナッツ…20g

A
▶しょうゆ…小さじ1と1/2
▶すりごま…小さじ2

【作り方】
①小松菜ともやしをゆでて、水気を切る。
②小松菜は4cmの長さに切る。
③ピーナッツはビニール袋に入れ、めん棒などを使って細かく砕く。
④ボウルに①～③を入れAの調味料で和えて、でき上がり(お好みで粉末のピーナッツを加えてもよい)。

【栄養成分表示】 1人分
エネルギー……………78kcal
たんぱく質……………4.5g
脂質……………5.6g
炭水化物……………4.6g
食塩相当量……………0.7g

【献立作成】 東京聖栄大学

広告 内容については広告主にお問い合わせください

都民共済 葛飾区の6人に1人ご加入しております!

月額金2,000円で家計の負担を軽く!

説明だけ聞きたい 土日だけ聞きたい すぐ保障をつけたい

ご希望の方には共済普及スタッフが商品説明に伺います

お問い合わせは都民共済 ☎0570-037331 (お専機ダイヤル) 共済取扱団体 東京都認可 東京都民共済生活協同組合(都民共済) 〒170-6061 東京都豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60・3階 営業時間 9:00~17:00 定休日 土・日・祝日

無理なお勧めはいたしませんのでご安心ください。

旭化成ホームズのシニア向け賃貸住宅

見守り・駆けつけサービス付き 2人入居可 シニアの住み替え・呼寄せに

完全予約制 ご予約〆切:前日18時まで

シニア向け安心賃貸住宅

ハーベルVillage 青砥

開催日 2022.12/2(金)~4(日)・9(金)~11(日)

東京都葛飾区青戸6-24-8 ハーベルヴィレッジ 青砥 検索

東京・神奈川・埼玉・千葉に130棟

旭化成ホームズ株式会社 シニア事業推進部 〒101-8101 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング6F

お問い合わせ 資料請求は ☎0120-998-945 [受付時間] 9:00~18:00 [定休日] 水曜・日曜・祝日

京成本線・京成押上線「青砥」駅より徒歩7分