

出前講座報告書

実施日時	2021 年 6 月 21 日 10:00～11:30	主催者名	弘前地区女性会
講師名	奈良 美春	会場名	弘前市民文化交流館ホール
テーマ	家庭でできるコロナ対策とワクチンについて		
参加人数	64 人	報告者	工藤 由希子

《質問された内容など》

【講座内容】

○家庭でできるコロナ対策

- ・そもそもウイルスとは？・・・目に見えない小さな生物。人の細胞の中に入って自分でコピーすることで数を増やしていく。抗生物質が全く効かない。
- ・コロナウイルスの特徴と治療方法・・・特徴的な症状は味覚がおかしくなる。無症状の人が多いのも感染拡大の原因。免疫を抑える薬を用いることで悪化予防できる。
- ・家庭でウイルスを予防するために・・・密を避ける。マスクなどして飛沫感染を防ぐ。手洗いを念入りに。帰宅してすぐ着替える。換気と湿度に注意する。こまめに共有部分を消毒する。食事は別々に盛り付け。トイレは蓋を閉めて水を流す。
- ・大事なこと・・・自分誰かにうつすかもしれないと思って行動する。感染がわかった時のために、誰と会ったかをメモしておく。体調が悪ければ休む。

○コロナワクチンについて

- ・ワクチンとは・・・体の中に毒性を弱くしたウイルスのもとを入れ、免疫力を持たせウイルスに対する抵抗力を持たせる予防法。
- ・変異型に今のワクチンは効果があるのか？・・・変異型はウイルスの突起が少し変化していく。ワクチンの効果は若干下がる可能性はあるが、予防効果はある。

【質問内容】

- 市販の解熱剤にはどんなものがあるか⇒アセトアミノフェン、ロキソニン等
- ワクチン接種 1 回目から 2 回目までの期間はどのくらいまであけてよいのか⇒1 ヶ月以上あけると免疫が獲得できなくなり、期間があきすぎると接種をやり直す場合がある。

《気づいたことや今後の教訓など》

・今回初めての出前講座でとても不安でしたが、嬉しい感想をいただき少しほっとしています。また、自分では気がつかない点をご指摘いただきましたので、次回に生かしたいと思います。普段の業務とは違う場に立ち、少し成長できたような気がします。(記 奈良 美春)

