

# コロナ感染 私の体験記

## いつ、どこで感染したのか分からないまま…

岩倉市在住

「なんだか鼻がつまってるな。仕事でたくさん話をしすぎたからかな」。これが、私が最初に感じた症状でした。どこで感染したのか、いつ感染したのか、今になっても本当にわかりません。

### 家族3人も感染

私がコロナ陽性とわかり、同居家族5人も検査すると、3人が陽性と判明しました。陽性となった3人のうち2人はコロナワクチン2回接種後3か月経過。残る1人は12歳未満のためワクチン対象外です。

家族内感染が強く疑われ、同じ株のウイルスに感染していたはずですが、症状は三者三様でした。私が発熱・頭痛・倦怠感・鼻づまり・鼻水・鼻声。1人は倦怠感・就寝前の咳・胸背部痛。もう1人は軽度な下痢。幸いなことに、3人とも軽症で経過しました。

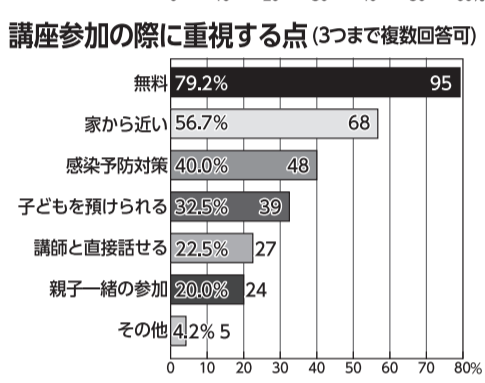
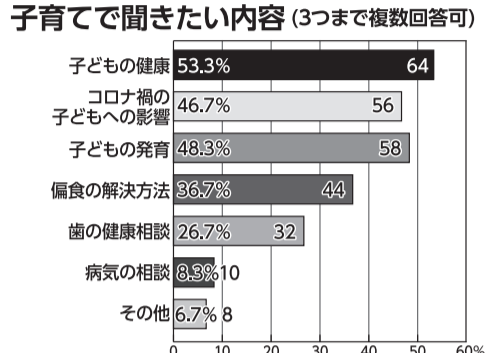
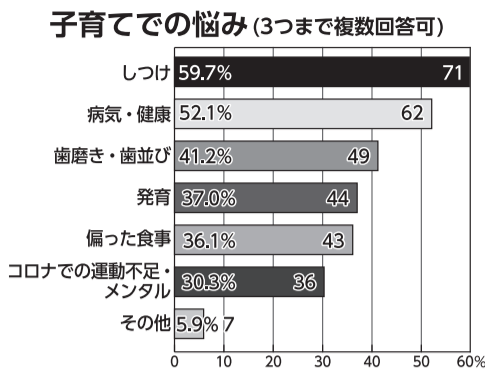
ちなみに、陰性だった2人は、ワクチン2回接種後3週間経過していました。結局、陰性の2人に感染することはなく、ワクチン接種の効果があったのではないかと考えています。

### 療養生活の中で

ありがたかったことは、保健所に依頼をしたお弁当の配食です。自宅療養4日目から3食×3人分の冷凍おかず・パックごはん・レトルト・デザート・お茶が配達されました。食欲はなかったですが、食事が一つの楽しみとなりました。ただ、配食が開始されるまでの数日間は、家にあるものを食べるしかありません。日ごろから食べ物を備蓄しておく必要性を痛感しました。

そして一番心配したことは、周囲への感染状況でした。職場がクラスターになってしまったら…。子どもが通った学童の子に広がっていたら…。心配と不安がぬぐえませんでした。クラスターまでには広がりませんが、一部で感染が確認されました。

誰もがいつ感染するかわかりません。自分が感染しない、周囲に感染を広げない、自分も周囲も濃厚接触者にならないことが重要です。そのために、日ごろから行っている感染対策を緩めることなく正しく継続して、一日も早くコロナが終息することを願います。

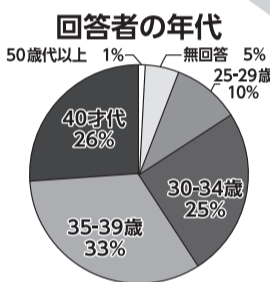


## 子どもの健康・成長困りごとアンケート報告

### 子育ての悩みを抱える

### 地域のみなさんを応援します

尾張健康友の会は、子育て中のみなさんの病気や健康づくりの悩みにこたえるため、地域の保育園・幼稚園の協力を得て、アンケートは、コロナ禍の6月末～8月末の期間に実施し、120件の回答がありました。その中の質問に答える形で、「子どもの健康・成長の悩みごと通信」を発行しました。(友の会ニュース10月号参照)



地域の方の力になれるよう、情報発信を行っています。まずは不安の声が多かった「コロナ禍の子どもへの影響」のテーマで講座を開講します。

講座「コロナ禍の子どもへの影響」参加申込受付中  
講座は、11月15日13時半より、実参加とオンライン参加を併用して開講します。講師の千秋病院小児科・矢嶋たえ子医師が「コロナの子どもの影響と気を付けること」をお伝えします。  
事前質問も受付中。参加は無料で、どなたでも参加できます。感染予防のため会場(特養・ちあき第2)への参加は先着20名、事前の申し込みをお願いします。申込締切は11月10日(水)です。  
☎0586(76)8312  
までご連絡いただくか、メール [tomonokai@chiaki.com](mailto:tomonokai@chiaki.com) でお申し込みください。

## インフルエンザ 予防接種を打ちましよう

冬といえばインフルエンザウイルスが活発になる季節です。しかし、インフルエンザワクチンもコロナワクチン同様、接種してすぐに効果が出るわけではなく、通常2週間の期間が必要です。流行してから慌てて接種しようとしても手遅れとなってしまうかもしれません。  
新型コロナウイルスも感染力が強い株が主流となり、冬にはまた大きな波がやってくるかもしれません。どちらも流行してしまうと症状が出現し、千秋病院の外來では、

### 押し花アレンジメント教室～コロナ禍で会えないあなたへ～

- 開催日時：11月19日(金) 14時30分～15時30分
- 場所：千秋病院リハビリ棟1階 市民健康教室
- 参加費：無料 ■参加人数：先着10名様

コロナ禍でなかなか会えない家族や友人に便りを送りませんか？  
押し花を中心に素敵なポストカードを作りましょう！  
主催：尾張健康友会 チーム flower's ☎0586(77)0012 千秋病院

### 千秋病院研修医日誌④

#### 患者さんの「担当医」として

初期臨床研修医 安井 杏奈

外部の病院で研修を終え、8月から千秋病院に戻りました。単独でできることが増えてきた一方、わからないことはまだまだ多く、焦りを感じる毎日です。  
千秋病院は研修1年



目から患者さんの担当医師となり、入院から家族のフォロー、退院後の調整まで、上級医の指導を仰ぎながらやらせてもらえるところが最大の長所です。  
戻って2か月間は、整形外科で8名の患者さんを担当しました。骨折後のリハビリをして、無事帰宅される方がたくさんいました。現在は内科研修に戻り、嚥下機能が落ちて食事を食べられない方を4名担当しています。先月とは打って変わって、今後の栄養など厳しい状況を家族にお伝えしなければなりません。患者さん本人が余生をどう過ごしていくか、ご家族がどのような形を望むか、とても難しい問題です。  
患者さんの発熱や検査結果に一喜一憂しながら日々勉強を重ね、患者さんの体と心と家族まで、丸ごとみられる総合診療医を目指して頑張ります。