



# 新型コロナウイルス感染症対策

## 新型コロナワクチン3回目接種が始まります

### 3回目接種について

日本で接種されているワクチンは、高い発症予防効果等がある一方、感染予防効果や高齢者の重症化予防効果は、時間の経過に伴い徐々に低下していくことが示唆されています。このため、感染拡大防止及び重症化予防の観点から、1・2回目接種を完了した18歳以上の方に対して、3回目接種が勧められています。

#### ワクチンの種類について

3回目接種に使用するワクチンは、1・2回目接種と異なるワクチンの使用が認められています。

#### 副反応について

現在確認されている3回目接種後の副反応は、2回目の接種後に確認されたものと比較して、発現傾向は概ね同様であるとされています。

ただし、初回接種時と比較して、リンパ節の腫れの発現割合が高い（5%程度）ことが報告されていますが、ほとんどの場合が軽度であり、発現後短期間で症状が治まっていることが確認されています。

### 接種日程

3回目用の接種券が届いている方や、誕生日を迎え12歳になられた方、1・2回目未接種の方を対象に、下記の日程で集団接種を実施します。希望する方はお早めにご予約ください。

1回目接種済みの方で2回目の接種を希望される方は新型コロナウイルスワクチン接種対策室（25 - 2667）までご連絡ください。

#### 総合保健福祉センターゆとろ（ファイザー社ワクチン使用）

1月16日（日）	9:30～11:30	※3回目接種
1月28日（金）	16:00～18:00	※1、3回目接種
2月4日（金）	16:00～18:00	※3回目接種
2月18日（金）	16:00～18:00	※3回目接種

※1回目接種の方の2回目接種日は、1回目の3週間後の同じ曜日、同じ時間となります。

### 3回目接種の手続き

2回目接種の完了から原則8か月以上経過した18歳以上の方を対象に1回の追加接種を行います。

接種券は、2回目接種完了から8か月経過した日程に接種ができるように送付します。今回は、接種券と予診票が一体化したものを送付します。

なお、町外で接種を予定している方で早めに接種券が必要な方は、新型コロナウイルスワクチン接種対策室（25 - 2667）までご連絡ください。

#### 3回目接種券発行申請が必要な場合

- ・他自治体で2回接種した後、当別町内に転居した場合
- ・海外で2回接種した場合※
- ・海外と国内の接種を組み合わせで2回接種した場合※
- ・製薬メーカーの治験等で2回接種した場合※

※ファイザー社、武田/モデルナ社又はアストラゼネカ社の新型コロナワクチンを接種した方に限る。

申請方法につきましては、ホームページに掲載していますのでご確認ください。

### 予約方法

1月5日（水）9時から予約受付を開始します。予約は接種実施日の3日前まで受け付けます。

なお、町の集団接種会場で接種した65歳以上の方は、日時・会場を指定した文書を接種券に同封してお知らせするため、集団接種の予約は不要となります。

#### ①インターネットから予約

当別町のホームページ、またはQRコードから予約サイトに入って、必要事項を入力して予約。



#### ②予約専用コールセンターから予約

当別町新型コロナワクチン接種コールセンター  
**0570 - 081 - 892**

【受付時間】 9時～17時 土日祝日も対応可能

■相談・問合せ先  
新型コロナウイルスワクチン接種対策室  
(ゆとろ内 ☎ 25 - 2667)

## 感染拡大防止に向けて

新年会や成人式等の行事など、普段会わない方と会う機会も増え、屋内における活動も活発になります。

感染拡大を回避するために、基本的な感染防止行動を実践しましょう。

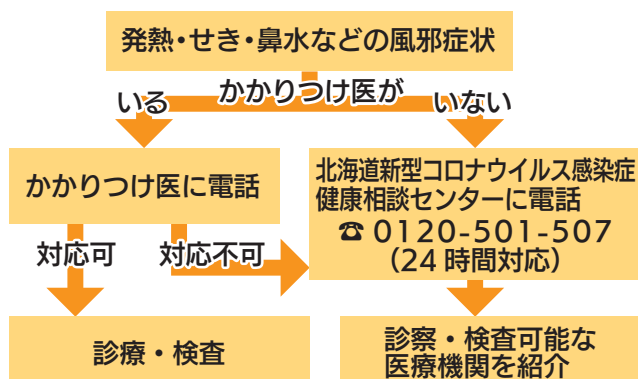
### 会食の場面では感染リスクが高まります

大人数や長時間の飲酒を伴う会食などでは、大声での会話やマスクを外す機会が多くなりやすいため、感染リスクが高まります。

### 感染防止にはマスクが有効です

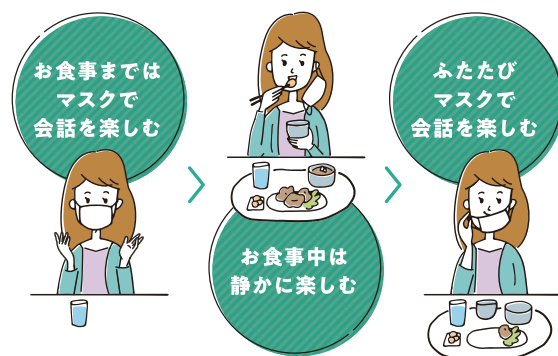
お互いにマスクを着用していれば、50センチの近距離に近づいた場合でも、ウイルスの吸い込みを7割以上抑えられるとの研究結果があります。

風邪症状のある方は、他の患者や他の患者や医師・医療従事者への感染を防ぐため、電話で相談ください。



受診の際には必ずマスクを着用しましょう

## 会話をするときには マスクをつけましょう



少なくとも、以下のいずれかに該当する場合は、すぐにご相談ください。

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
- 高齢者や基礎疾患のある重症化しやすい方で、発熱やせきなど比較的軽い風邪症状がある場合
- 上記以外の方で、発熱やせきなど比較的軽い風邪症状が続く場合
- 妊婦の方も、早めにご相談ください。
- 小児は、かかりつけ小児科医院に「北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター」へご相談ください。

■ 問合せ 保健福祉課健康推進係  
(ゆとろ内 ☎ 23 - 4044)

## 「さっぽろ PASS-CODE」を活用しよう！

さっぽろ連携中枢都市圏では、スマートフォン上で新型コロナウイルスワクチンの接種履歴を提示し、飲食店やイベント等で特典等が受けられる「さっぽろ PASS-CODE 事業」を令和3年12月6日（月）から令和4年3月31日（木）まで試行実施します。

ウェブアプリ「さっぽろ PASS-CODE」に新型コロナウイルスワクチン接種履歴を登録後、対象エリア内であるさっぽろ連携中枢都市圏内の12市町村の対象店舗において提示又は店舗に掲示されているQRコードを読み込むことで、割引等の特典が受けられます。

※国が発行する新型コロナウイルスワクチン接種証明書（電子版）とは異なるのでご注意ください。

### 登録方法



登録用QR

- ① QRコードをスマートフォンで読み取り、メールアドレス、氏名、携帯番号等の入力、パスワードの設定、顔写真の登録（スマートフォン撮影）。
- ② 本人確認書類と接種済証などをスマートフォンで撮影し、アップロード。

■ 問合せ 企画課企画係 (☎ 23 - 2393)

# 冬こそ野菜を食べて 元気に寒さを乗り切ろう！

旬の食材には、栄養がたくさん詰まっています。特に冬野菜には、カロテンやビタミンC、Eが豊富に含まれており、血行を良くして体を温め、免疫力アップや冷え性改善に効果的と言われています。また、秋に収穫した野菜を冬の間、雪の下に埋めておく「越冬野菜」は、寒さで凍ることが無いように細胞に糖を備蓄するため、糖度が高くなります。

冬は夏や秋に比べて旬の野菜の種類も減り、食べる量

が不足しがちですが、1日5皿分の野菜料理を食べることで、体を元気に保つために必要とされている野菜350gを食べることができます。

冬にしか食べることでできない「越冬野菜」の味を楽しみながら、寒い冬こそ、風邪等の予防のためにも、毎食しっかり野菜を食べて免疫力をアップしましょう。

今回は、代表的な越冬野菜「白菜」と「大根」のレシピを紹介します。



## 白菜のごまポン

### 材料と分量(4人分)

- ・白菜…350g(1/8玉) ★胡麻ドレッシング…大さじ2
- ・人参…80g(1/2本) ★ポン酢…大さじ1
- ・長ネギ…100g(1本) ★酢…大さじ1
- ・豚もも肉…200g ◎1人分で野菜132g摂取

### 作り方

- ① 白菜は5cm長さのざく切り、人参は5cm長さの短冊切り、長ネギは1cm幅位のななめ切りにして茹で、ザルにあけて水気を切る。
- ② 豚もも肉は5cm幅に切り、さっとお湯にくぐらせ水気を切る。
- ③ ①・②を器に盛り、合わせた★をかけて出来上がり。  
※ ポイント：茹でた材料の水気をよく切ることで味がしっかりと絡みます。

## 大根とツナの炒め煮

### 材料と分量(4人分)

- ・大根…300g(1/3本) ★水…1/2カップ(100ml)
- ・小松菜…80g(1袋) ★みりん…大さじ2
- ・ツナ缶…70g(1缶) ★酒…大さじ2
- ・ごま油…小さじ2 ★しょうゆ…大さじ1
- ・いりごま…小さじ2 ◎1人分で野菜95g摂取

### 作り方

- ① 大根は5cm長さの拍子切り、小松菜は5cm長さに切る。
- ② フライパンに★の調味料と大根、軽く油切りしたツナを入れ中火にかけ、煮立ったら小松菜の茎の部分を入れ煮る。大根と小松菜の茎が柔らかくなったら、小松菜の葉を加え、強火にし煮からめる。
- ③ 煮汁が無くなったら、ごま油と胡麻を加えさっと混ぜて出来上がり。



## 冬でも当別町産野菜、販売しています！

ふれあい倉庫や北欧の風 道の駅とうべつでは、白菜・大根の他にも、キャベツ・人参・たまねぎなど当別町産の「越冬野菜」を販売しています。ぜひ、ご利用ください。

■レシピ提供：当別町食生活改善協議会

■お問い合わせ：保健福祉課健康推進係

(☎ 23 - 4044)

# とうべつ

## 歴史余話

### 第13回 大学前駅の開業とその後の経過

北海道史編さん委員

大藤 寛之

札沼線北海道医療大学駅は当初、大学前駅として昭和56年12月1日に東日本学園大学(現:北海道医療大学)付近に開業しました。大学前駅は札沼線の貨物取り扱い廃止など合理化の見返りとして要求していたもので、「当別・金沢駅間乗降場設置促進期成会」(会長 渡辺享東日本学園大学理事長)が約3,200万円の工事費を全額負担して開業をみたものです。開業当時は無人駅でホームは延長90m、幅3mで17本の列車が発着していました(『広報とうべつ』第339号)。

開業日当日は札幌発新十津川行きの列車が大学前駅に到着し、渡辺東日本学園大学理事長、配野町長、後藤議長などの関係者と600名近い学生が降車し新駅のホームに足を踏み入れ、テープカットを行い、配野町長が「『地域の発展に役立てたい』」と祝辞を述べ新駅開業を祝いました(『広報とうべつ』第339号、『北海タイムス』1981年12月1日付)。

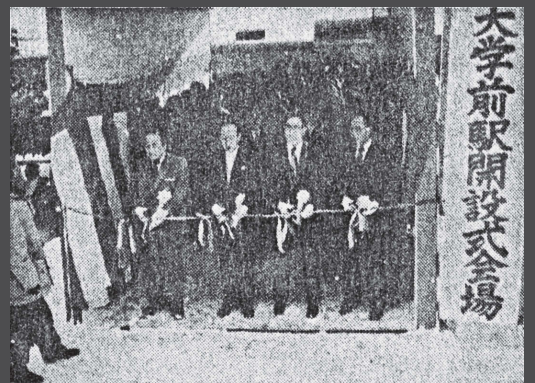
当時、東日本学園大学には大学のほかに昭和53年に歯学部付属病院が開設され、当別町民や町外から多くの利用者が訪れていました。大学関係者や病院利用者は石狩当別駅、中央バス当別ターミナルと学園を結ぶスクールバスで通っていましたが、「新駅設置で『とっても便利になります』と喜んでいる」(『北海道新聞』1981年11月28日付)、「患者さんのひとりには『とても便利になります』と喜んでいました」(『広報

とうべつ』第339号)と報道されており、新駅開業に期待感を持っていたことが窺えます。

昭和59年1月6日には大学前駅に50人分のベンチを設けた平屋の待合所が完成し、学生からは「『今までは列車を待つにも寒くて大変でした。これで早めに駅にいくことができます』」と良い評価を受けていました(『広報とうべつ』第365号)。

大学前駅は平成7年3月に「北海道医療大学」と名称を変更し、平成24年6月1日には桑園～北海道医療大学間が電化開業し電車が乗り入れるようになりました。

現在は、令和2年5月7日に北海道医療大学～新十津川間が廃止になったことにより札沼線の終着駅となっており、駅前には石狩当別駅と石狩月形駅を結ぶ代替バス「月形当別線」の途中停車場が設置され、バスが発着しています。



大学前駅開設式の様子  
(『北海タイムス』1981年12月1日付)