

# 年末・年始の医療逼迫を緩和するため 新型コロナ検査キットを無料配布し自己検査を支援します！ 諏訪郡医師会・岡谷市医師会・諏訪市医師会

## ◆諏訪圏域・新型コロナ検査無料配布・自己検査支援センター

諏訪圏域・3医師会は、諏訪圏域6市町村に在住する発熱等の症状がある方を対象に、抗原定性検査キットを無料で配布し、希望者には看護師が自己検査の指導を行う諏訪圏域・新型コロナ検査無料配布・自己検査支援センターを開設します。

開設日時) 12月30.31日、1月1.2.3日  
午前9時から12時まで

場所) 諏訪市湖岸通り5丁目1115番地14  
旧東洋バルヴ敷地内

配布数) 各日60セットを**先着順**にお配り  
します。



## ◆対象となる方

- ・ 諏訪圏域6市町村に居住していることを保険証、免許証などで証明できる方
- ・ 重症化リスクがないことを自己申告できる方
- ※重症化リスク・・・65歳以上、悪性腫瘍、慢性呼吸器疾患、慢性腎臓病、心血管疾患、脳血管疾患、糖尿病、脂質異常症、喫煙歴、妊婦、肥満（BMI：30以上）など
- ・ 自家用車で来場できる軽症者の方（無症状は対象外）

## ◆検査キットを受け取る手順

ドライブスルー方式で配布します。

ご来場の際は車両誘導員の指示に従って下さい。

- ① 自家用車の窓を閉め、必ずマスクを着用してご来場下さい。
- ② 閉めたクルマの窓ガラス越しに、係員に住所確認のための運転免許証など身分証明書を提示してください。

無症状者が代理で来場された場合は、検査キット配布を受ける人数分の身分証明書を提示して下さい。

- ③ 係員の指示に従いクルマの窓を開け、検査キットと検査方法の説明書をお受け取り下さい。
- ④ 検査キットの使用方法の説明を受けることを希望する方は、係員にお申し出下さい。
- ⑤ 係員の指示に従いクルマの窓を閉め、ご帰宅下さい。

## ◆検査は帰宅後に行ってください！

- ・帰宅後、受け取った検査キットを使って自己検査をしてください。
- ・綿棒を鼻孔入り口から2～4 cm程度挿入し、検体を採取します。
- ・検査結果は、15分で判明します。

ご注意) 検体採取時にくしゃみ、咳等が誘発され、感染機会となります。  
検体採取は個室で一人でおこなってください。

## ◆OTC医薬品での自己治療にご協力下さい！

年末・年始は医療が逼迫しています。薬物アレルギーの既往がない軽症の方は、自宅で検査をする前に薬局、ドラッグストア等で総合感冒薬、解熱・鎮痛剤、鎮咳・去痰剤、トローチ、うがい薬等を購入し、医療機関を受診せずに自宅療養を開始して下さい。

OTC医薬品は薬局、ドラッグストア等で購入できます。

- ・薬局：岡谷薬剤師会 当番薬局 <http://www.okayaku.org/>  
：諏訪薬剤師会 当番薬局 <http://suwayaku.com/>休日当番薬局/
- ・ドラッグストア等：多くの店舗が年末年始に営業しています。

## ◆症状が悪化した場合は医療機関を受診して下さい！

- ・医療機関には自己検査で陽性となったことを必ず電話で事前に連絡して下さい。
- ・夜間の受診は極力お控えください。

○年末年始の当番医療機関は、以下のサイト等からお探しく下さい。

- ・市町村発行の広報誌
- ・医師会HP 岡谷市医師会 <https://www.okayamed.org/>  
諏訪市医師会 <http://www.suwashi-ishikai.jp/>  
諏訪郡医師会 <http://www.swma.or.jp/>
- ・信濃毎日新聞デジタル <https://www.shinmai.co.jp/safety/doctor/>

## ◆必要な方は軽症者登録センターに登録を！

検査で陽性となり、①重症化リスクがあるため施設療養を希望する方、②生活支援物資が必要な方は軽症者登録センターに登録して下さい。

①、②以外の方でも登録すると、健康観察センターでの相談対応を受けることができます。詳細は以下のHP、QRコードでご確認下さい。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kansensho-taisaku/jyakunenkeisyousya.html>



## ◆問い合わせ先

対応日時：令和4年12月30.31日、令和5年1月1～3日 9時00分～12時00分  
留守番電話の音声で、「現在配布中です。」または「本日の配布を終了しました。」とだけご案内します。

人員の都合上、その他の電話での対応はできませんので、ご承知おき下さい。

諏訪地域・外来検査センター **0266-75-1113**