

## 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に関するお知らせ

Q 熱やせきなどの症状がある場合は、どうすればいいですか？

A まずは、「かかりつけ医」に電話で相談しましょう。

「かかりつけ医」がない場合は、新型コロナコールセンターで相談ができます。電話をするとメッセージが流れます。メッセージの後に「1」を押すと、相談ができます。

浜松市新型コロナコールセンター(電話相談)

☎0120-368-567 (無料) ※メッセージの後に番号ボタンを押す



番号	問い合わせメニュー	受付時間
1	発熱等受診相談センター 熱やせきなどがあり、感染が心配な人の相談	24時間 毎日つながる
2	新型コロナにかかった人の体調不良について 家で病気を治すときに、体の状態が悪くなった場合など	

※療養証明書の発行など、体調不良以外の問い合わせや相談は、生活衛生課(☎453-6118)へ。  
なお、新型コロナコールセンターは、3月31日(日)17:00をもって終了します

## 新型コロナウイルスワクチン接種について

新型コロナウイルスワクチン接種は、2024(令和6)年度から定期接種(季節性インフルエンザの定期接種と同様)となります。現在実施している2023(令和5)年秋開始接種を希望する人は、3月31日(日)までに個別接種実施医療機関で接種することができます。

	現在(2023(令和5)年秋開始接種)	2024(令和6)年度から
対象者	生後6カ月以上の人	①65歳以上の人 ②一定の基礎疾患を有する60～64歳の人 (インフルエンザワクチンなどの対象者と同様) ※接種日時点の年齢
期間	2024(令和6)年3月31日まで	秋冬
回数	期間中に1回	年に1回
場所	個別接種実施医療機関	個別接種実施医療機関
費用	無料(全額公費)	有料(自己負担額は未定)

浜松市新型コロナワクチン専用ダイヤル

☎0120-319-567 (無料)  
受付時間:9:00～17:00

※電話番号を間違えないように気を付けてください。  
なお、新型コロナワクチン専用ダイヤルは、3月31日(日)17:00をもって終了します

新型コロナワクチンについて



## 浜松・浜名湖地域の食材 浜松パワーフードを食べよう！

こちらのレシピは、クックパッドでも見ることができます！(過去のレシピも掲載しています)



### 第47回 タイのミカンカルパッチョ



#### 材料(2～4人分)

タイ:150～200g  
温州ミカン:1個(150g程度) 浜松パワーフード  
レモン:1/4個  
しょうゆ:小さじ1  
オリーブオイル:大さじ1  
ゆずこしょう:小さじ1  
塩:適量 } お好みで

#### 作り方(調理時間:10分程度)

- ① タイを食べやすい大きさに切る。
  - ② ミカンを輪切りにして果汁を搾る。
  - ③ ②にその他の調味料を入れ、よく混ぜる。
- ※ ゆずこしょうと塩はお好みで量を調節してみてください
- ④ ①に③をかけて完成！

**POINT** オリーブオイルは酸化を防ぐ密閉タイプのボトルのものを使うといいと思います。食べる直前に作るとミカンの風味をより味わっていただけます。

#### 今月のパワーフード：ミカン



日照量が豊富で土壌の水はけが良く、一年中温暖な気候の浜松市は、日本有数のミカンの産地です。ミカンの栽培は、三ヶ日など浜名区を中心に行われています。

#### レシピ提供者からひと言

カルパッチョなので、タイ以外の魚でも代用できます。白身魚がおすすめです。カルパッチョのソースは、サラダのドレッシングとしても使えるので、いろいろ試してみてください。



#### レシピ提供者

海鮮居酒屋 翔男  
店長 平野 翔一さん

大学卒業後、大阪の海鮮居酒屋で7年ほど修行し、その後地元浜松で、海鮮居酒屋翔男をオープン、現在に至る。