

# 「新しい生活様式」における 熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルス感染拡大防止のために、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密(密閉・密集・密接)」を避けるなどの基本的な感染症対策を徹底しながら熱中症予防を行ってください。ポイントは以下のとおりです。

## 01. 暑さを避けましょう

- エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整
- 感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- 暑い日や暑くなる時間帯は無理をしない・涼しい服装にする
- 急に暑くなった日などは特に注意する



## 02. 適宜マスクを はずしましょう

- 気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は、マスクをはずす
- マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を



## 03. こまめに水分補給 しましょう

- のどが渇く前に水分補給
- 1日あたり1.2リットルを目安に
- 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



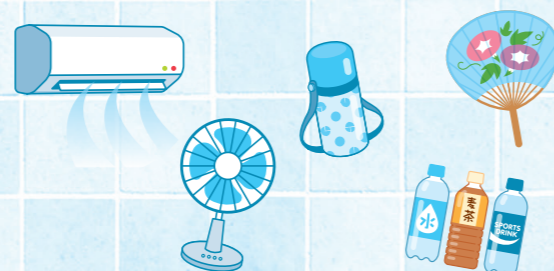
## 04. 日頃から健康管理を しましょう

- 日頃から体温測定、健康チェック
- 体調が悪いと感じた時は、無理をせず自宅で静養



## 05. 暑さに備えた 体作りをしましょう

- 暑くなり始めの時期から適度に運動を
- 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



※特に、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障がいをお持ちの方は、より注意する必要があります。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。

# 新型コロナウイルス ワクチン接種のお知らせ

## ▶高齢者のワクチン接種状況(7月2日(金)現在)

1回目接種 7,407人(68.5%)  
2回目接種 3,828人(35.4%)

## ▶今後のスケジュール(予定)

基礎疾患保有者、高齢者施設などの従事者は接種を開始しています。

### 7月下旬

60～64歳の方、町独自の優先接種対象者  
(※社会生活をするうえで必要不可欠なライフラインを維持する仕事などの従事者)へ接種券送付、予約受付開始

### 8月以降

50～59歳の方へ接種券送付、予約受付開始

※ごみ・し尿収集業者、消防団、民生委員、浄水場・窓口業務を担当する役場職員など

※スケジュールは、ワクチンの供給量により変更となる場合があります。

## ▶職域接種などで接種券の早期送付を希望する方へ

職域接種などで接種予定の方には、接種券を早期に送付します。役場5番窓口、メール、FAX、郵送などで依頼が可能です。詳細は町ホームページをご確認ください。  
※基礎疾患をお持ちの方についても接種券を送付しますので、依頼してください。

## ▶新型コロナワクチン接種についてのアンケート

6月18日(金)から全戸配布、町ホームページに掲載した「ワクチン接種に係る意向調査」に3000人超の方にご回答いただきました。ご協力ありがとうございました。今後の接種計画作成の参考にさせていただきます。

## 新型コロナウイルスワクチン接種事業推進本部を設置

2月1日(月)に設置した新型コロナウイルスワクチン接種事業支援室が6月1日(火)付で新型コロナウイルスワクチン接種事業推進本部へと体制の変更を行いました。  
本部長に副町長を、副本部長には総務課長を配置しています。