

今年の夏は、 より一層の熱中症対策が必要です！！

今年の夏は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、一人ひとりが感染防止の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(密集、密接、密閉)」を避けるなどの対策を、これまで以上に取り入れた「新しい生活様式」を実践することが求められています。熱中症が多発する季節を迎え、新しい生活様式における熱中症予防のポイントについてお知らせします。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

①屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる時はマスクを外しましょう！

夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなります。

屋内でマスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。

なお、2歳未満のお子さんは、窒息の恐れがあるためマスクの使用はしないでください。

参考:公益社団法人 日本小児科医会 ホームページ

https://www.jpa-web.org/dcms_media/other/2saimimann_20200525.pdf

②のどが渇いていなくても、十分な水分・塩分補給を！

起床時や就寝前、食事の時などに水分をとるようにしましょう。

1日に必要な水分は、食事に含まれる水分以外に500mlのペットボトル2~3本分です。

市販の飴やタブレットなどで塩分補給を行うことも大切です。

③感染症予防のため、冷房時も十分な換気を！

冷房時でも窓を開けたり、換気扇を回したりして空気の入れ替えをする必要があります。

換気は、空気の流れを作るため、複数の窓がある場合、二方向の窓を30分に1回程度、数分間開けましょう。



④日頃から、自分自身の体調チェック、暑さに負けない体づくりを！

毎日の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防するうえでも有効です。エアコンや扇風機を上手に使ったり、天気予報などで熱中症指数を確認することも大切な予防行動です。

⑤熱中症になりやすい人たちへの目配り・声掛けを！

高齢者や子ども、障がい者は体温調節が苦手だったり、のどの渇きに気付きにくかったりすることから、熱中症になりやすいといわれています。日頃から熱中症になりやすい方への目配り、声掛けをお願いします。

あなたの行動で、感染症も熱中症も予防できます！

一人ひとりの意識を高め、この夏を元気に乗り切りましょう！

▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎9133

レジ袋削減にご協力ください!

～7月1日から全国でレジ袋が有料となります～

レジ袋有料化の目的

レジ袋有料化の最大の目的は、私たちの生活に身近なレジ袋の有料化をきっかけとして、「外出時は、常にマイバッグを携帯する」というような国民一人一人の前向きな行動に繋げていくことです。



マイバッグを持って街に出よう!

レジ袋に使用されるプラスチックは、非常に便利な素材で、成形しやすく、軽くて丈夫で密閉性も高いため、製品の軽量化や食品ロスの削減などあらゆる分野で私たちの生活に貢献しています。

その一方で、廃棄物・資源制約、海洋プラスチックごみ、地球温暖化などの課題もあります。私たちは、プラスチックの過剰な使用を抑制し、賢く利用していく必要があります。

皆さんもレジ袋有料化をきっかけに自身のライフスタイルを見直し、マイバッグを持ち歩くなど、プラスチックを賢く使う工夫をしてみましょう。

【レジ袋有料化に関するお問い合わせ先】

消費者向け ☎0570-080180 事業者向け ☎0570-000930

▶お問い合わせ先=地域生活課 環境係 ☎569131

新型コロナウイルス感染症によるイベント等中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止し、町民の皆さまの健康と安全を守るため、町内各所で開催を予定しておりました下記のイベント等を中止することとしました。

開催を楽しみにされていた方々には誠に申し訳ありませんが、ご理解とご協力のほどお願いいたします。

イベント名	開催予定	会場	問い合わせ先
かみのかわ町おこし夏祭り	7月下旬	白鷺神社～下町交差点	商工課 商工振興係 ☎569150
夕顔サマーフェスティバル IN かみのかわ	7月下旬	上三川通り	
かみのかわサンフラワー祭り	8月下旬	農村環境改善センター周辺	
鬼怒川クリーン作業 マスのつかみどり大会	7月下旬	桃畑緑地公園 東側河川敷	都市建設課 管理係 ☎569146
富士山公園プール	7月10日 ～8月31日	富士山公園プール	健康福祉課 高齢者支援係 ☎569102
第40回 高齢者・障がい者 スポーツ大会	9月下旬	上三川いきいきプラザ	
敬老会	10月中旬	上三川町体育センター	
第56回上三川町文化祭	10月中旬	上三川町体育センター	生涯学習課 生涯学習係 ☎569159
上三川町ふれあい 健康福祉まつり	11月上旬	上三川いきいきプラザ	上三川町 社会福祉協議会 ☎563166

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設の臨時休館又は、イベントを中止することがありますのでご理解願います。