

## 熱中症に注意しましょう！

新型コロナウイルスに伴い、今後も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 手洗いなどの「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。

このように、今夏も昨夏同様の対応を心掛け日常生活に順応していかなければなりません。

一方で、熱中症にも気をつけなければなりません。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防も心掛けるようにしましょう。

「ネッククーラー」「冷え冷えタオル」などを

配布しております。ご希望の方は各事務所に取りに来てください。

\*数に限りあります。ご了承ください。

塩飴&冷え冷え



### 2 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）を確保できる場合には、マスクをはずす

厚生労働省  
熱中症予防行動より一部抜粋



## 健康診断



を受けましょう！

お仕事するにも、趣味を満喫するにも、心も身体も元気でなければ楽しめません。

「健康診断」は健康づくりのはじめの一步です。ご自分の身体の状態を確認しましょう。

今年も新型コロナウイルスの影響で、実施時期等変更になっていることも予想されます。よく確認をして早めに受診しましょう。



## 体調不良時の対応について



新型コロナウイルスの感染者が増加しています。当センター会員の方の中からも感染者が発生しております。少しでも体調に異常が感じられたら、すぐに就業を中止し、医療機関にかかる等適切な対応をお願いします。

また、万が一検査の結果、新型コロナウイルスの陽性が判明した場合は、すみやかに事務局までご連絡ください。