

シルバー人財センターだより

発行／公益社団法人山陽小野田市シルバー人材センター

〒756-0806 山陽小野田市中川二丁目4-16 ☎0836-84-0448

熱中症に気をつけましょう

今年は、梅雨明けが例年より早く、暑い日が続いており、熱中症が心配です。

熱中症を防ぐには、それぞれの場所に応じた対策を取ることが重要です。以下を参照し、適切な対策を実施しましょう。

暑さを避ける、身を守る

室内では

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認

屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分を補給する

- ・室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する

マスクの着用について

マスクの着用は従来同様、基本的な感染予防対策として重要ですが、マスクの着用により、熱中症のリスクが高まります。**裏面の厚生労働省のチラシ**を参考にしてください。

安全・適正就業強化月間

7月は「安全・適正就業強化月間」です。

シルバー事業は、高齢者が健康で安心して「働く」ことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会に貢献していくことを目的としており、このことから日頃から安全・適正就業に対する意識を維持していくことが肝要です。

就業中の傷害事故・損害事故はもちろんのこと、就業場所との往復時の交通事故にも気をつけましょう。



▲当センターに設置した懸垂幕と幟

総会記念品について

定時総会のハガキ(委任状兼議決権行使書)を提出していただいた会員さんには、記念品を差し上げています。

7月29日(金)までですので、まだの方は事務所までお願いします。



屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。
一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



【屋外】	距離が確保できる	距離が確保できない
会話を する	マスク必要なし 	マスク着用推奨 
会話を ほとんど 行わない	マスク必要なし 	マスク必要なし 
	公園での散歩やランニング、サイクリングなど	徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】	距離が確保できる	距離が確保できない
会話を する	マスク着用推奨  <small>※十分な換気など感染防止対策を講じている場合は外すことも可</small>	マスク着用推奨 
会話を ほとんど 行わない	マスク必要なし  距離を確保して行う 図書館での読書、芸術鑑賞	マスク着用推奨 
		 通勤ラッシュ時や人混みの中 ではマスクを着用しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。
体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。



夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。

