

熱中症予防とマスク着用について

(環境省および厚生労働省の令和4年6月発行チラシより抜粋)

屋外では、マスク着用により、熱中症のリスクが高まりますので、適宜マスクを外しましょう。

※特に運動時には、マスクを外しましょう。

近距離で(2m以内を目安)会話をしている時はマスクを着用しましょう。

※屋外での散歩やランニング、通勤、通学などもマスクの着用は必要ありません。

人との距離(2m以上を目安)が確保できて、会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要がありません。

※屋内でもマスクが必要ない場合があります。

マスクを着用する場合でも、屋内で熱中症のリスクが高い場合には、エアコンや扇風機、換気により、温度や湿度を調整して暑さを避け、こめまに水分補給をしましょう。

熱中症警戒アラートについて

熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予測される日の前日夕方または当日早朝に、都道府県ごとに発表されます。

警戒アラートが出た日は、特に熱中症予防に気をつけましょう。



新型コロナウイルス感染症 予防対策について

一昨年から、世界的な大流行に至っている新型コロナウイルス感染症は、未だ収束のめどがたつていません。今後も1人ひとりの予防行動が大切になります。

◆日常生活で気を付けること

① 手洗いをしましょう

自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時、調理の前後、食事前など、こめまに手を洗いましょう。手が洗えない場合は、手指消毒液を活用しましょう。

② 咳エチケットを心がけましょう  
咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、他の方に病気をうつす可能性があります。

③ 人ごみを出来るだけ避けましょう  
閉鎖された空間や近距離での大人数の会話などで感染拡大のリスクが高まります。3密(密閉、密集、密接)は避けましょう。

④ 十分な睡眠、栄養を摂るなど、生活習慣を整えましょう  
体の免疫力が高まり、ウイルスの侵入を抑える効果が期待できます。

◆発熱など普段と違う症状が出現した場合は…

発熱時など



まずは「電話」する

かかりつけ医もしくは発熱外来のある医療機関へ



受診方法について  
相談し、行動する

※発熱外来のある医療機関については、町のホームページまたは県のホームページから確認できます。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課 保健衛生係

☎ 43-2836

佐賀支所 地域住民課 保健センター

☎ 55-7373