

## あなたを、そして大切な人を守るために

村民の皆さんへ

村民の皆さんには、新型コロナウイルス感染防止のため、さまざまな面で、ご協力をいただいております、心から感謝申し上げます。

しかしながら、全国的には感染が拡大しています。お盆をはさんだ帰省など、これから人の往来が増えてきますが、新潟県からの注意事項にもありますように、感染拡大がみられる地域からの往来や、飲食を伴う会合などでは、十分注意した行動をお願いいたします。

令和2年8月11日

関川村長 加藤 弘

※新潟県で令和2年7月31日に「注意報」を発令した際の注意事項です。今後の感染状況によっては、内容が変更となる場合があります。

### < 県民の皆様への注意事項 >

○感染の拡大がみられる地域から県内に移動してきた場合（往復を含む）

- ・感染の拡大がみられる地域から県内に移動してきたら体調に注意し、体調不良の際は帰国者・接触者相談センター（保健所）に相談する
- ・感染の拡大がみられる地域から県内に移動してきた後の飲酒を伴う会食については慎重に判断するなど十分注意する

○感染の拡大がみられる地域での行動

- ・行った先での飲酒を伴う会食をできるだけ避ける
- ・やむを得ず行う場合は、感染防止対策を行った上で、慎重な行動をとる

### 県外・県内に共通の対応

○飲酒を伴う会食

- ・極力少人数が望ましく、多人数（10人以上）の会食には特に注意する
- ・大声を出す・三密のいずれかが発生する状況や、長時間での会食を避ける

### 日常生活を営む上での「新しい生活様式」

- こまめに手洗い・手指消毒
- せきエチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 体温測定・健康チェック。発熱・かぜ症状のときはムリせず自宅で療養

熱中症予防 × コロナ感染防止で



# 「新しい生活様式」を健康に!

「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の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手洗いの実施や「3密(密集、密接、密閉)」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

**注意** マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

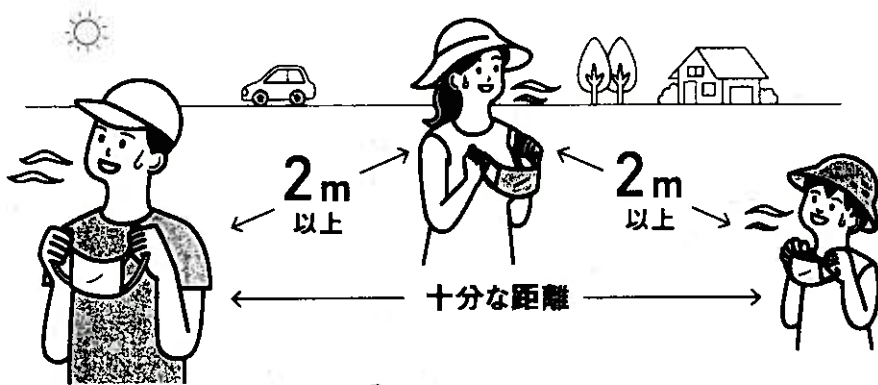
マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



熱中症を防ぐために

## 適宜マスクをはずしましょう

ウイルス  
感染対策は  
忘れずに!



屋外で  
人と2m以上  
(十分な距離)  
離れている時

..... ( マスク着用時は ) .....



激しい運動は避けましょう

のどが渇いていなくても  
こまめに水分補給をしましょう



気温・湿度が高い時は  
特に注意しましょう

新型コロナウイルス感染症に関する情報：  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)  
熱中症に関する詳しい情報：<https://www.wbgt.env.go.jp/>

