

令和2年6月20日

委員会委員、地区役員、独自事業世話役、同好会世話役 各位

(公社) 西宮市シルバー人材センター  
理事長 近藤 忠男

緊急事態宣言解除後の新型コロナウイルス  
感染症への対応について (7月以降に向けての通知)

向暑の候、皆様におかれましては長引く新型コロナウイルス感染症による、新たな生活様式を模索しつつお過ごしのこととお察し申し上げます。

さて、経済活動の順次再開されるなか、マスク着用、手洗い、消毒の励行はもとより、ソーシャルディスタンス、3密を意識していますが、気の緩みも起きつつある状況です。

当センターでは行政や上部団体からの通知並びに全国の感染者数の動向を勘案し、理事・監事で検討しました結果、高齢者団体であるセンター活動の制限を下記のとおりとしますのでご理解いただきますようお願い申し上げます。

記

1. 各委員会等活動への対応

① 委員会

・7月以降 ----- 開催可能とする

② 地区役員会

・7月以降 ----- 開催可能とする

③ リーダー・サブリーダー会議、広報紙配布責任者会議

・7月以降 ----- 開催可能とする (ただし、出席者は当分の間リーダー、責任者のみとする)

④ 独自事業、同好会の会議

・7月以降 ----- 開催可能とする

※高齢者の団体である当センターは会員のコロナ感染を極力避けるため、大事をとって会議以外の活動開始は1カ月延長し8月以降とします。

※公民館等の施設で行う会議は、施設管理者の取り決めに従った行動をしてください。

2. 会議開催に当たっては、3密の回避、マスク着用、体温の測定、ソーシャルディスタンスを励行する。

3. 本通知は、委員会委員、地区役員、独自事業世話役、同好会世話役に6月20日付けで通知致します。全会員へは6月月報に同封しお知らせとしますが、皆様から関係する会員へのご周知を賜りますようお願い申し上げます。

4. 1の対応期間は、今後の状況によって変更する場合がありますのでご理解ください。

以上



# 令和2年度の 熱中症予防行動

環境省  
厚生労働省  
令和2年5月

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

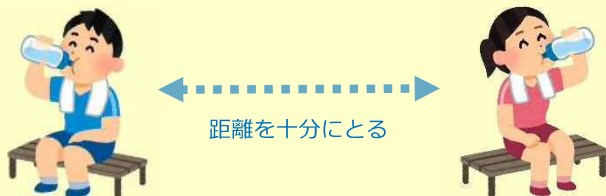
新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

### 1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



### 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
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

### 3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

### 4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養

### 5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



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/>

