

02 道の駅
三矢の里あきたかた
徹底解剖！

06 新型コロナウイルス感染症対策

07 目次

08 令和2年度
主要事業の概要

12 行政情報

15 国民年金のあれこれ

16 健康いいカラダ

17 国保だより

18 げんきな親子

20 としょもつ！

22 リレーコラム
航空設備機器製造者
田中 勝義さん

23 歴史紀行

24 消防

25 警察
人輝く

26 トピックス／募集／相談

28 およろこび・おくやみ

29 8月の相談

30 安芸高田のアイドル



（今月の表紙）
道の駅「三矢の里あきたかた」内、
ファーマーズ・レストランの杉原さん

本庁・支所連絡先
安芸高田市 ☎ お太助フォン 42-2111 (代)
八千代支所 ☎ お太助フォン 52-2111
美土里支所 ☎ お太助フォン 54-0311
高宮支所 ☎ お太助フォン 57-0311
甲田支所 ☎ お太助フォン 45-4111
向原支所 ☎ お太助フォン 46-3111

市役所開庁時間 8:30～17:15
(土曜・日曜日、祝日、年末年始は閉庁)

安芸高田市
ホームページ
<https://www.akitakata.jp>



新しい生活様式

熱中症予防のポイント

新しい生活様式
新型コロナウイルス感染防止の「3つの基本（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）」を避けることを取り入れた生活様式

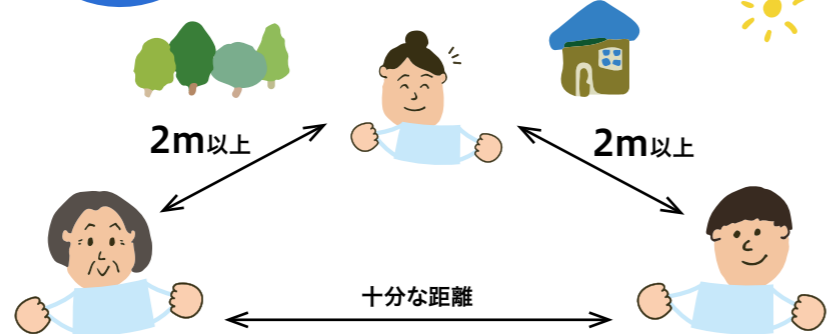
注意

マスク着用時の熱中症

マスクを着けると皮膚から熱が逃げにくくなるなど、体温調節が難しくなり、熱中症のリスクが高まります。

屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている
ときは

熱中症を防ぐために
マスクをはずしましょう



マスク
着用時は

- ・激しい運動は避ける
- ・喉が渇いていなくてもこまめに水分補給
- ・気温、湿度が高いときは特に注意

日頃の対策

暑さを避けましょう

涼しい服装
日傘や帽子で日よけ
外でも日陰へ

日頃から体づくりと
体調管理をしましょう

無理のない範囲で適度に運動
毎朝体温測定、健康チェック

こまめに水分を補給しましょう

1時間ごとにコップ1杯
入浴・起床後も
大量に汗をかいたら塩分も補給

1日
1.2ℓ
が目安

エアコン使用中も

こまめに換気をしましょう
エアコンはつけたまま換気
窓やドアなど2か所は開ける

(環境省・厚生労働省作成リーフレット「令和2年度の熱中症予防行動」より)

健康長寿課 健康推進係 ☎ お太助フォン42-5633

新型コロナウイルス感染症対策

災害時の避難所受入体制

避難者受入時の対応

- ・アルコール消毒の実施 ・マスクの着用
- ・健康チェックシートの記入と検温
- ※発熱、咳等の症状がある方は、避難所運営職員にお知らせください。

健康な方の避難スペース(例)

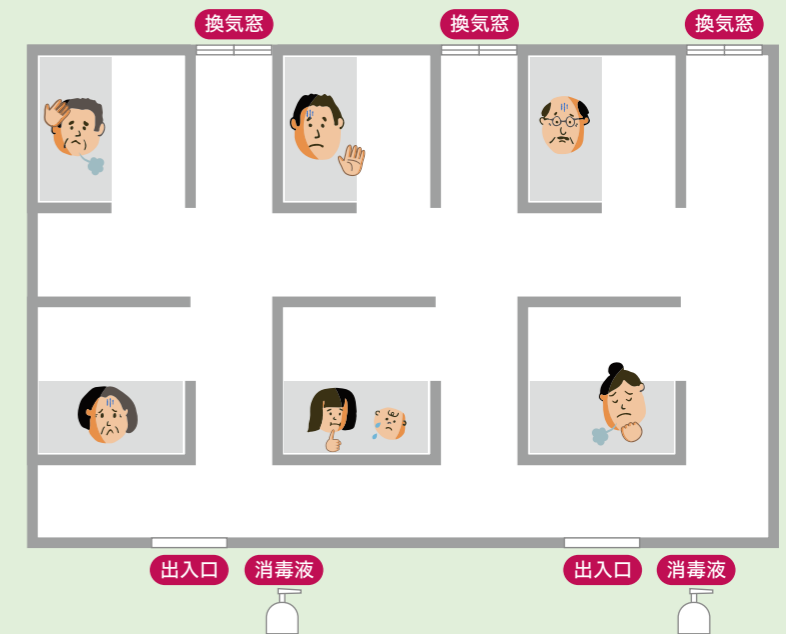


間仕切りテント



段ボール間仕切り

発熱・咳等がある方の避難スペース(例)
※専用スペースを確保



避難時
のお願い

- ・備蓄物資には限りがありますので、マスク、アルコール消毒液等は可能な限り用意してください。
- ・避難所での手洗い、消毒、咳エチケットの協力をお願いします。
- ・大きな声での会話は控えてください。

6/24(水) 避難所開設訓練を実施しました

新型コロナウイルス感染症予防を踏まえた避難所開設訓練を実施。約20人の市職員が参加し、段ボール間仕切りや間仕切りテントの設営など、避難所開設時の準備作業を確認しました。



危機管理課 防災・生活安全係 ☎ お太助フォン 42-5625