

社協かわら版

第16号

発行日

令和2年8月25日

斑鳩町社会福祉協議会

「新型コロナウイルス」 まだまだ続く暑さ対策

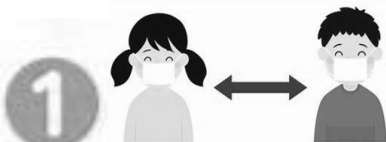
残暑

新型コロナウイルスの感染を防止することとあわせて、**残暑**による**熱中症予防**がより必要となってきます。

例年通り「暑さを避ける」、「こまめな水分補給」、「**3食しっかり食べる**」などの対策をしたうえで、今年ならではの対策として、「**3つのとる**」を意識することが重要です。

熱中症対策「3密」ならぬ

「3とる」



① **人との距離をとる** (2m)



② 人との距離が取れたら

マスクをとる



③ **水分をとる**

災害に備えましょう！

100均グッズで防災対策



最近では、100均で取り扱っている「**防災グッズ**」も種類豊富です。いつもの買い物のついでに気軽に買い足しができ、手頃な価格でそろえられます。

「防災グッズがどこで買えるかわからない」という方は、まずは、100均アイテムからそろえ始めてみるのもおすすめです。

防災グッズ例

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> 持ち出し用リュック | <input checked="" type="checkbox"/> ウェットティッシュ・おしりふき |
| <input checked="" type="checkbox"/> ラジオ | <input checked="" type="checkbox"/> 手袋・マスク |
| <input checked="" type="checkbox"/> 懐中電灯・ランタン | <input checked="" type="checkbox"/> 雨具 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 電池・モバイルバッテリー | <input checked="" type="checkbox"/> アルミシート・カイロ |
| <input checked="" type="checkbox"/> 水・食料 | <input checked="" type="checkbox"/> 紙・ペン・ガムテープ |
| <input checked="" type="checkbox"/> 着替え・タオル | <input checked="" type="checkbox"/> ライター・マッチ |
| <input checked="" type="checkbox"/> ホイッスル | <input checked="" type="checkbox"/> 家族の連絡先や写真 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 救急セット | <input checked="" type="checkbox"/> 保険証のコピー・通帳など貴重品 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 簡易トイレ | <input checked="" type="checkbox"/> 常備薬 |



くらしの心配ごとや不安なことは 斑鳩町社会福祉協議会でご相談ください！！

電話 0745-74-5122

住所 斑鳩町小吉田1-12-35 (いきいきプラザ斑鳩内)