

熱中症予防 with コロナ

ID 1013464

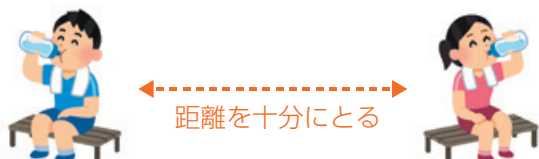
問 健康課 (☎581-4111)

「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、感染防止の三つの基本である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)」を避けるなどの「新しい生活様式」が求められています。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防にもこれまで以上に心掛けましょう。

適宜マスクを外しましょう

- 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、マスクを外す
- 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、適宜マスクを外して休憩を



日ごろから健康管理をしましょう

- 日ごろから体温測定、健康チェック
- 体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



高齢者、子ども、障害のある方々は、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掛けをお願いします。

これまで通りの熱中症予防も大切です

暑さを避けましょう

- エアコンを利用するなど、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
- 急に暑くなった日などは特に注意する



こまめに水分補給しましょう

- 喉が渇く前に水分補給
- 1日当たり1.2リットルを目安に
- 大量に汗をかいいた時は塩分も忘れずに



暑さに備えた体づくりをしましょう

- 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



環境省・厚生労働省の「令和2年度の熱中症予防行動」を参考に、日野市で作成

不法投棄
多発!

沢田公園での剪定枝拠点収集を休止します

ID 1002909

問 ごみゼロ推進課 (☎581-0444)

剪定枝の拠点収集は、決められた日時、排出方法を守って持ち込むこととしています。しかしながら、決められた日時以外の持ち込みや、太い幹・剪定枝ではない木材の持ち込みなどが多発し、子どもたちが遊ぶ場所が危険な状態となっています。

沢田公園(平山四丁目)では、決められた日時の4週間も前から不法な投棄が連続して行われていたことが分かりました。公園を利用される方の迷惑となっていたことから、当面、沢田公園の剪定枝拠点収集を休止します。

日ごろルールを守っている市民の皆さまには申し訳ございませんが、別日に実施の他会場への持ち込みにご理解・ご協力をお願いします。

このほかの会場でも同様に、ルールが守られない場合は休止します。

なお、決められた日時以外の持ち込みは不法投棄です。見かけた方は警察への通報をお願いします。



▲入り口付近に数週間も放置されていた剪定枝。このままでも危ないが、子どもが入り込んでいるときに転がってくる危険性もある

日野市
の人口

令和2年6月1日現在
※()内は前月比
ID 1004620

人口 187,021人 (+70)
男 93,720人 (+35)
女 93,301人 (+35)
世帯 90,578世帯 (+71)

人口増減の内訳
(5月)

出生	98人	転入	528人
死亡	122人	転出	437人
自然増減	-24人	その他	3人
		社会増減	94人