

## 新しい日常を意識しながら熱中症予防!

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う緊急事態宣言が全国で解除されて一か月が経過しました。

6月19日には、全国を対象に県をまたぐ移動自粛や飲食店などに出されていた休業要請が解除されて、少しずつ日常を取り戻し始めています。しかしながら、東京都では連日、陽性者が確認されるなど、まだまだ気をゆるめてはいけない状況にあります。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために示されている新しい日常として、一人ひとりが感染防止の3つの基本である

1. 手洗いの徹底・マスクの着用、2. ソーシャルディスタンスの確保、3. 「3密(密集、密接、密閉)」を避ける等の対策を取り入れた新しい日常を引き続き実践することが大切です。

また、これから夏本番を迎えますが、気温・湿度の高い中でのマスク着用などは熱中症のリスクを高めるため、以下のことに注意して、熱中症を防ぎましょう。

## 熱中症にならないために注意しましょう!!

### マスクをはずしましょう

◆夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。

このため、屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合は、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずしましょう。

◆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、周囲の人と距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を取りましょう。



### 暑さを避けましょう

◆エアコンを利用する等、部屋の温度を調節  
◆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

◆暑い日や暑い時間帯は無理をしない  
◆涼しい服装を心がける  
◆急激に暑くなった日等は特に注意する



# 令和2年度 高齢者等のためのレクリエーションについて

## 【参加対象者】

◇山谷地域の簡易宿所等に宿泊する高齢者等

## 【実施期間】

◇演劇鑑賞 8月1日(土)～9月29日(火) ◇銭湯利用 8月1日(土)～9月29日(火)

## 【鑑賞券・入浴券の配布について】

◇事前にセンターで申込書を配布しますので、ご記入の上、ご持参ください。

「演劇」「銭湯」のうち、いずれか一つの申込みができます。

## 【申込書配布場所】

◇センター1階総合案内

## 【鑑賞券・入浴券配布日時】

◇7月28日(火)・7月29日(水) 13:30～16:00

センター利用者カードをお持ちの方は、9月4日(金)まで配布します。



※詳細は次号の「ひろば」でお知らせします。

## 技能講習受講生募集中です。

令和2年度の技能講習受講者募集は、7月1日より開始しました。さまざまな募集科目の資格を取得し、常用就職したい日雇労働者の方は、この機会にセンター3階相談窓口にお越しくください。面談後に受講の可否を決定します。

- ◆募集期間 令和2年7月1日(水)～令和3年2月12日(金)
- 受付場所：(公財)城北労働・福祉センター 3階
- 受付時間：9:00～11:30・13:00～16:00

※受講者全員に、ハローワークの就職支援ナビゲーターの面談を必ず受けていただきます。  
※現在所持している資格の再教育等はありません。  
※失業給付金及び日当は支給されません。

※日雇労働者等技能講習事業は、日雇労働者の方が資格を活用して常用就職することです。日払いの就労日数増加や賃金アップを目指すことではありません。この点をふまえて受講をお申込みください。