

「新しい生活様式」における熱中症予防のポイント

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、3つの基本的感染症予防として 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**」の定着が求められています。これからの季節、以下の熱中症予防のポイントを参考に「新しい生活様式」を実践していきましょう。

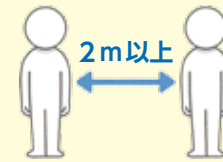
ポイント1 暑さを避けましょう

- エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整する。
- 感染症予防のため、換気扇や窓の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する。



ポイント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の着用は注意する。
- 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ときは、身体に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とる。



ポイント3 こまめに水分補給をしましょう

- のどが渇く前に水分補給をする(1日あたり1.2Lを目安に)。
- 大量に汗をかいたときは塩分も忘れずにとる。



ポイント4 日ごろから健康管理をしましょう

- 日ごろから体温測定などを行い、自分の健康状態を把握しておく。

ポイント5 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始める。
- 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度の運動を毎日30分以内で実践しましょう。
- 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で運動しましょう。



高齢者、子ども、障がいをお持ちの皆さまは、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

8業種から12業種へ 事業者向けみよたん給付 金の対象業種を拡大

新型コロナウイルス感染症の影響が長引き、これまで以上に多くの業種の経営に影響が出ています。このため、7月1日から「事業者向けみよたん給付金」の対象業種を拡大するとともに、申請期間を延長します。

今回新たに対象となるのは、令和2年5月1日時点で町内に事業所を有する事業者で、日本標準産業分類の大分類に記載する次の業種です。

- 建設業
 - 不動産業、物品賃貸業
 - 学術研究、専門技術サービス業※1
 - サービス業(他に分類されないもの)※2
 - (産業分類の中分類に記載する政治、経済、文化団体、宗教を除く)
 - ※1の例
司法書士事務所、公認会計士事務所、デザイン業、芸術家業、経営コンサルティング業、広告業、獣医療、測量業、写真業など
 - ※2の例
廃棄物処理業、自動車整備業、機械等修理業など
- 申請期間 9月30日(水)まで
(当日消印有効)
- 今回新たに追加となる事業

者は、7月1日(水)以降、町公式ホームページから申請書をダウンロードし、添付書類と併せて、原則として郵送により申請をしてください(産業経済課商工観光係)。

当初から給付対象となっている業種の事業者も7月1日(水)以降は新たな申請書様式をお使いください。

すでに給付を受けている事業者は、新たに申請することはできません。

問い合わせ先
産業経済課商工観光係
(32) 3113

お宅に届く信州の名産品 「信州ふるさと割」参加事業者募集

県産品の販売を促進するため、(一社)長野県観光機構の運営するインターネット通販サイトの「NAGANOマルシェ」本店・Yahoo!店・楽天店にて県産品を3割値引きで販売します。

出品を希望される事業者の方は次の二次元コードからお申し込みください。



長野県ホームページ
二次元コード

特別定額給付金(1人当たり10万円)の申請はお早めに

基準日(令和2年4月27日)において、町の住民基本台帳に登録されている全ての(外国人登録を含む)方が対象となります。

※外国籍の方のうち、短期滞在者および不法滞在者は住民基本台帳に登録されていないため対象外です。

給付額

給付対象者1人につき10万円

受給できる方

世帯の世帯主

申請方法

各戸に世帯員の氏名などを記載した申請書を全ての世帯主様宛てに郵送しています。

○振込口座などを記入、捺印してください。

○金融機関、口座番号、口座名義人が分かる通帳やキャッシュカードの写しと本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなどの写し)を申請書の裏面に貼り付けてください。

○申請書に同封されている返信用封筒にて郵送で提出してください。

申請期限
8月21日(金)まで

これを過ぎると給付金を受給できなくなりますので、お早めに申請してください。

問い合わせ先

企画財政課企画係

(32) 3112

特別定額給付金をかたる詐欺にご注意を!

町や総務省などが次のことを行うことは絶対にありません。

- × 現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- × 受給にあたり、手数料の振り込みを求めること
- × メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること
- × 怪しいなと思ったら遠慮なくご相談ください。

問い合わせ先

消費者ホットライン

1888

佐久警察署

0267(68)0110

新型コロナウイルス給付金

関連消費者ホットライン

0120(213)1888

>> Vol.9 町長コラム

このコーナーでは毎号、小園町長が町民の皆さんに届けたいメッセージを綴ります。

第2波、第3波に備える

国の緊急事態解除宣言があつてからというもの、首都圏を中心に、新型コロナに対する「緩み」の心情が強くなっているように見て取れます。

ですが、実際のところ、解除宣言の前と後で、新型コロナにかかわるリスクが変化したわけではなく、一気にコロナ前の生活に、ということでは危険だと感じています。

もともと、風邪やインフルエンザに対する備えはこれまで毎冬、万全だったとはいえません。咳が出ている状態でもマスクもせずにゴホゴホやっているかたは大勢いました。実際、そういうかたから「うつされてしまった!」と感じているかたも多かったのではないのでしょうか。本来は、今までだって、咳や発熱の時点で会合や飲み会への出席を控えるべきではあったのです。

そういう意味では、新型コロナをきっかけとして、人に感染症をうつさない、人からうつされないという意識が高まったことは、中長期的にはプラスにとらえられるのではないかと思います。

一方で、いつまでも「県外の人とは町内を歩かれては困る」というような雰囲気が続いてしまうと、現実に経済を動かしている事業者の皆さまが立ち行かなくなるのも事実です。新型コロナで亡くなるかたはゼロだったとしても、経済的な苦境で死に至るかたを出してしまつては元も子もありません。県外の人であろうと町内の人であろうと、もしかしたら新型コロナウイルスを保有しているかもしれない、という前提に立った各種の取り組みが、今まで以上に求められる場面になっているのではないのでしょうか。

町にも第2波、第3波が来ることを前提に、6月議会では医療機関、歯科医院、入所介護施設への医療材料、資材購入費にかかる補助を提案し、全会一致でお認めいただきました。今後の出水期に備えて、「三密」を避けながら避難所を運営するため、小中学校の体育館などの避難所レイアウト策定もスタートさせます。これらは特に高齢者の皆さまのお役に立てる事業であり、いずれも長野県下でもほかにはない施策です。不測の事態への備えを、県内の先頭に立って進めてまいる覚悟です。