

熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に！

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いの実施や「3密(密集、密接、密閉)」を避ける等を取り入れた日常生活のことです。このように、今夏はこれまでと異なる生活環境下で迎えることとなりますが、一方で例年以上に熱中症にも気を付けなければなりません。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がけるようにしましょう。
(厚生労働省)

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調整がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



**熱中症を防ぐために
マスクをはずしましょう**

ウイルス感染対策は忘れずに！

屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている時

十分な距離

マスク着用時は

激しい運動は避けましょう

のどが潤いていなくても
こまめに水分補給をしましょう

気温・湿度が高い時は
特に注意しましょう

マスクをすると熱中症になりそう



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



「2020年度大阪880万人訓練のご案内」

「大阪880万人訓練」は府民に対し、自分の身を守ることについて考え、行動していただくきっかけを提供する防災意識啓発の一環として行われます。※詳細は「大阪880万人訓練」の公式サイトをご覧ください。

訓練開始日時: 令和2年9月4日(金)9時30分

http://www.pref.osaka.lg.jp/shobobosai/trainig_top/

令和元年度「歯科医療安全の手引き」についてのお知らせ

令和元年度「歯科医療安全の手引き」が大阪府ホームページにて公表されました。

安全安心な歯科医療提供体制の推進に、ぜひとも本手引きをご活用ください。

「ホーム」→「健康・医療」→「健康づくり」→「歯と口の健康づくり」→「マニュアル・冊子・その他資料」内の「歯と口の健康づくり」の項目にアップされております。

<http://www.pref.osaka.lg.jp/kenkozukuri/hanokenkou/manual.html>