

# 非常時の避難先で新型コロナウイルス感染症を予防するために



日頃から非常時に備えておきましょう。

複数の  
避難先を確保



## ◆避難先の確保

避難所にこだわらず、安全な場所にある親戚や知人宅など、複数の避難先を確保し、分散避難を考えましょう。

## ◆用意しておくもの



マスク



アルコール消毒液



体温計

○マスクがないときは、鼻と口を覆える大きさの手ぬぐいやハンカチでも代用できます。

○アルコール消毒液がないときは、ウエットティッシュでも代用できます。



手洗いと咳エチケットに気をつけましょう。



こまめな手洗いや消毒を心がけましょう。



正しいマスクの着用やハンカチなどで鼻と口を覆い、咳エチケットに気をつけましょう。



避難所において、発熱や咳などの症状がある場合は、すぐに管理者に申し出てください。

## 「新しい生活様式」における熱中症対策のポイント

### 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
- ・ 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する
- ・ 暑い日や時間帯は無理をしない
- ・ 涼しい服装にする
- ・ 急に暑くなった日は特に注意する



### 2 その場の状況に応じてマスクを外しましょう

- ・ 気温・湿度の高い中や負荷のかかる作業や運動をする時のマスク着用は要注意
- ・ 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合には、マスクを外す



距離を十分にとる

### 3 こまめに水分補給しましょう



- ・ のどが渇く前に水分補給
- ・ 1日あたり1.2Lを目安に
- ・ 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

### 4 日頃から健康管理をしましょう



- ・ 日頃から体温測定、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

### 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な運動を
- ・ 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・ 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる程度の強度で毎日30分程度

## 新型コロナウイルス感染症に関する支援

新型コロナウイルス感染症の影響により、売上が減少した事業者や事業活動の縮小を余儀なくされた事業者を支援するため、竹原市が独自に行う支援策です。

詳細は、産業振興課商工観光振興係（☎22-7745）にお問い合わせください。

### ■給付・助成（事業者向け）

対象になる人	給付内容	制度の名前	問い合わせ
令和2年1月～5月の間で、売上が前年同月比で20%以上減少した月のある中小企業者など ※国の持続化給付金の給付対象とならない者	1事業者10万円	竹原市中小企業者等事業継続支援給付金	産業振興課 商工観光振興係 ☎22-7745
国の雇用調整助成金及び緊急雇用安定助成金の申請にあたり、社会保険労務士に委託した中小企業者など	社会保険労務士に支払った費用に対して1事業者10万円(上限)	竹原市雇用調整助成金等申請サポート事業補助金	

## “ひろしま好きじゃ券”販売開始のお知らせ

県内飲食店を応援するため、クラウドファンディングを利用して25%のプレミアム付き飲食チケットを販売します。好きなお店を応援して、お得に楽しみましょう！

### クラウドファンディング募集期間

7月20日(月)～8月31日(月)

(専用サイトから申込)

販売額(出資額) 一口5,000円

### 内容

5,000円の出資に対し25%分を上乗せした飲食チケット6,250円を出資者に送付します。上乗せ分は広島県の補助金で負担をします。

### プレミアム付き飲食チケット利用期間

10月1日(木)～12月31日(木)

※詳しくはホームページをご確認ください。

### 問い合わせ

とどく！ひろしま実行委員会事務局

ひろしま好きじゃ券係

(10～17:00)

☎082-295-0555



▲詳しくはこちらから！

## 広島県内の道の駅 オンラインショップ始めました！

県内14の道の駅の、人気のスイーツや特産品など、地域の真心がこもった品を詰め合わせて、オンラインショップ「さとやま商店500」からお届けします！

『おうちごはん用として』『一人暮らしのわが子へ』あなたの“お取り寄せ”が、生産者の皆さんへの支援に繋がります。

道の駅たけはらも出品しています。

ぜひご覧ください。

### 問い合わせ

道の駅たけはら

☎23-5100



◀詳しくはこちらから！

## ゆるキャラグランプリ 2020 THE FINAL

ゆるキャラグランプリは今年で最後になります。投票は7月1日から開始。たくさんの方の投票をお待ちしております！

### 問い合わせ

健康福祉課障害福祉係

☎22-7743

企画政策課シティブロモーション推進担当

☎22-0942



◀投票はこちらから！

