

「うんなまつり」開催中止のお知らせ

令和2年8月1日（土）・2日（日）に開催を予定しておりました「第37回うんなまつり」は、新型コロナウイルス感染症防止の観点から、来訪者の健康及び安全を最優先に考え、今年度の【開催中止】が決定致しました。

毎年うんなまつりを楽しみにされている皆様には、ご迷惑をお掛けすることとなり大変申し訳ございませんが、何卒ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

うんなまつり実行委員会（商工観光課内） ☎ 966-1280

「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手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防ポイントは以下のとおりです。

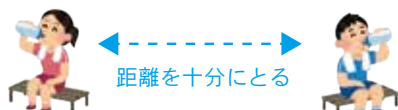
1 暑さを避けましょう

- ・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
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



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、マスクをはずす
- ・マスクを着用しているときは、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、適宜マスクをはずして休憩を



高齢者、子ども、障害者の方々は、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。

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
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分もわずれずに

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 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・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
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

広報おんな ONNA

7月[469号]
発行/恩納村

〒904-0492 沖縄県国頭郡恩納村字恩納2451番地
電話 (098) 966-1200

人口と世帯 2020年5月末現在

男	5,644(-13)	世帯数
女	5,452(-7)	5,452(-21)
計	11,096(-20)	

UD
FONT
by MORISAWA