

# ととろ

ともに楽しみ ともに学び 元気になろう

第108号(令和2年7月1日発行)  
静岡県身体障害者福祉センター  
静岡市葵区駿府町1番70号  
TEL:054-252-7829  
FAX:054-255-2011

## 会場使用後の消毒にご協力をお願いします

福祉センターでは、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、6月1日より受付を事務所内から廊下側に変更し、飛沫感染防止シートを設置しました。御用の方は廊下側の窓口からお声かけください。

また、会場を使用される団体には、受付で消毒スプレーと雑巾の入ったカゴをお渡ししています。使用後は通常の清掃に加え、使用した机・椅子・備品など高頻度接触部位の消毒をお願いいたします。



## 熱中症 にご注意ください！

今年は新型コロナウイルスの影響で、気温が高い日でもマスクを着用して過ごすことが多くなりました。例年以上に熱中症に注意して暑い時期を乗り切りましょう！

### 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

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

#### (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、マスクを外す
- ・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、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクを外して休憩を

#### (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

厚生労働省ホームページ「令和2年度の熱中症予防行動」より



## 福祉センター 8月の予定表



曜日	月	火	水	木	金	土	日	備考
日						1	2	
午前								
午後								
1日						卓球		
日	3	4	5	6	7	8	9	
午前					トリム			
午後								
1日				卓球		卓球		
日	10山の日	11	12	13	14	15	16	
午前	休業日			料理				
午後					書道			
1日						卓球		
日	17	18	19	20	21	22	23	
午前					トリム		休館日	
午後		音楽						
1日					卓球	卓球		
日	24	25	26	27	28	29	30	
午前							休業日	
午後					書道			
1日						卓球		
日	31							
午前								
午後								
1日								



## 新型コロナウイルスに打ち勝つ 静岡県民支え合い基金

静岡県は、新型コロナウイルス感染症の最前線で活躍されている医療従事者の皆様や、高齢者・障害者福祉施設等の従事者の皆様などへの支援のため『新型コロナウイルスに打ち勝つ静岡県民支え合い基金』を創設し、ふるさと納税制度等を活用して寄付金を募集しています。

- 基金の活用方法 医療従事者等への応援金の支給、高齢者・障害者・児童福祉施設等の従事者や妊婦の方の感染症検査体制の充実、そのほか県民生活への支援など。
- 受付開始 2020年5月21日～
- 目標金額 3,776万円（※目標金額に達しない場合でも寄付金は支援に活用します）
- 寄付金額 いくらでも構いません ※ふるさとチョイスのHPは2,000円～、寄附申出書は1円～。
- 寄付の申込方法 ①ふるさとチョイスホームページまたは②寄附申出書からお選びください。  
※①・②いずれの場合も、今回の寄附では返礼品はありません。  
※詳細は静岡県のホームページでご確認ください。
- 問い合わせ先 静岡県知事直轄組織総務課  
電話054-221-2759または2093（平日8:30～17:15）  
E-mail: chokkatsu\_soumu@pref.shizuoka.lg.jp

紙面に関するお問い合わせは・・・

**静岡県身体障害者福祉センター**

TEL:054-252-7829 FAX:054-255-2011（月曜日～金曜日 9:00～17:00）