

**感染者がじわじわと増加している状況です。**

マスクをしながら夏を乗り切るため、ご自身と利用者さんを熱中症から守るためのポイントと通いの場に参加するための留意点について簡単にまとめてみました。



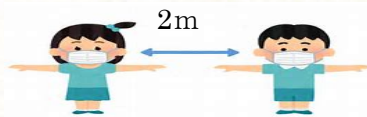
①周囲に人がいない場合  
マスクを外しても大丈夫。マスクの置き場に注意して

②のどが渴いていなくてもこまめに水分補給。  
緑茶より麦茶がお勧め。経口補水液も活用。

③エアコンを上手に使いましょう。  
エアコンは停止せずに定期的な換気を

⑤涼しい服装で

⑥寝る前にコップ1杯の水分を



**暑い夏を乗り切りましょう**

**訪問したら利用者さんが発熱！**

生活環境の温度・湿度を確認し

飲水量などを聞くなどして熱中症でないか確認し飲水を勧める

頸や脇・そけい部などを冷やす

意識がもうろうとしていたら救急車の手配など

対応について各事業所で決め順守しましょう

また主治医に状況報告をしましょう

## 通いの場で感染拡大を

### 防止するために

#### 1. 職員側

- ①職員の体調管理
- ②参加者名簿の作成
- ③石けんと流水による手洗い
- ④マスクの着用
- ⑤1時間に2回以上の換気
- ⑥室温調節
- ⑦複数の人が触れる場所の適宜消毒

#### 2. 利用者側

- ①体調が悪い時は休む  
毎朝同じ時間での体温計測
- ②マスクの着用
- ③石けんと流水による手洗い
- ④お互いに手を伸ばして届かない  
距離の確保
- ⑤座る時は横並び
- ⑥こまめな水分補給
- ⑦朝晩の歯磨き(入れ歯の手入れ)

**小さな積み重ねが大切です**