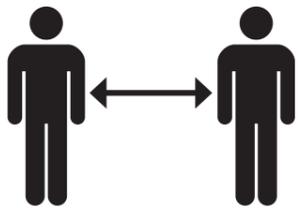


冬の感染防止対策 ～7つの基本～

皆さま一人ひとりの
感染症対策が大切です！



1 身体的距離の確保



- ・人との間隔はできるだけ空けましょう。
- ・会話をするときには、できるだけ真正面を避けましょう。

2 マスクの着用・咳エチケット



- ・外出時や屋内でも会話をするときは、症状がなくてもマスクを着けましょう。
- ・咳エチケットを徹底しましょう。

3 手洗い



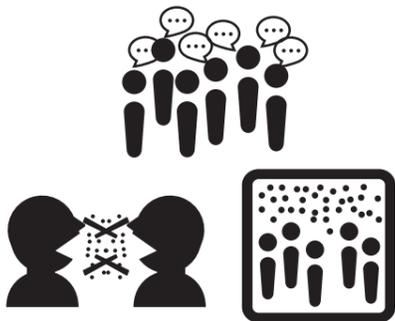
- ・家に帰ったらまずは手や顔を洗いましょう。
- ・30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗いましょう。
- ・こまめに手を洗い、手指消毒もしましょう。

4 換気と加湿



- ・こまめに換気しましょう。
- ・風の流れることができるよう、2方向の窓を開けましょう。
- ・窓が1つしかない場合は、入り口と窓を開けましょう。
- ・適切な湿度(40%以上を目安)を保つと効果的です。

5 3密の回避



- ・密集・密接・密閉を回避しましょう。

6 適切な運動や食事



- ・免疫力を高めるため、十分な休養とバランスの取れた食事、適度な運動を心がけましょう。
- ・夏に比べて水分摂取量が減るため、水分摂取を心がけましょう。

7 健康チェック



- ・毎朝、体温測定しましょう。
- ・発熱や風邪の症状があるときは、無理せず、自宅で療養しましょう。

発熱等がある場合の受診方法

- ①かかりつけ医等最寄りの医療機関に電話してください。
 - ②かかりつけ医等最寄りの医療機関に連絡できない場合は、受診・相談センター ☎ 0570-052-092 に電話してください。
- ※診療・検査医療機関を案内します。
※検査の可否は、医師が判断します。

市政トピックス Hearts of TOCHIGI



作成した2冊のPR冊子と遠藤隊員

嘉右衛門町伝建地区PR冊子が 地域プロモーション大賞南仲坊賞

本市の嘉右衛門町伝建地区のPR冊子「地と」が、(一財)地域活性化センターが主催する、第2回地域プロモーション大賞のパフレット部門で、審査委員長賞にあたる「南仲坊賞」を受賞しました。

この冊子は、本市の地域おこし協力隊 遠藤百合子さんが中心となって制作したものです。現在、第1号・第2号が発行されており、市ホームページにてご覧いただけます。



道の駅みかもで啓発活動を行う大川市長

道の駅みかもで 交通安全の街頭啓発

12月12日、道の駅みかもにて「年末の交通安全県民総ぐるみ運動」の該当啓発活動を行いました。これは、交通安全を多くの皆さんに意識してもらうため、栃木警察署や交通安全協会などの関係機関の協力により開催したものです。

当日は、交通事故「0」宣言を行ったほか、道の駅みかもや国道50号の交差点などで、交通安全のPR活動を行いました。

※害虫を予防する「環境」についてのご相談も承ります



(仮称)文学館の大きな屋根裏を見上げる参加者

(仮称)文化芸術館・文学館 工事現場の見学会

11月29日、(仮称)文化芸術館・文学館の工事現場の見学会を開催しました。

文化芸術館では、内装工事が進むトラックヤードや収蔵庫を見学。文学館では、修理のため天井を取り外した屋根裏の様子など、開館後は見ることができない2館の裏側を、参加者は熱心な様子で見学していました。

建物の工事は3月に完了し、枯らし期間を経て令和4年度に開館の予定です。

屋根・外壁塗り替え、リフォーム請負

高度な技術で新築の美しさを再び
自社の1級塗装技能士資格者が施工します。

日本塗装工業会会員・栃木県知事許可(般-2)第14124号

オオアキ塗装工業株式会社 検索
栃木市箱森町51-28 ☎0282-22-5981

害虫駆除プロジェクト

害虫駆除

害虫駆除ならお任せ 技術(技)に自信あり!
まずは見積もりから 安心プライスで施行いたします
ネズミ・ゴキブリ・シロアリ・ダニ・ハチ・コウモリ・害獣等
害虫のことなら何でもご相談ください
※害虫を予防する「環境」についてのご相談も承ります

栃木消毒 栃木消毒 で 検索
☎62-5679 ☎090-1816-2266

遺言 相続 贈与

日時: 2/14日 AM10:00~11:30 (開場 9:30)

テーマ: 知ってあんしん 「相続」の基本

会場: 小山城南市民交流センター
小山市東城南4-1-12 ゆめまち2階会議室

講師: 相続相談あんしんプラザ 行政書士 細見愛子

参加無料 セミナー

お申込・お問合せ
一般社団法人 相続相談あんしんプラザ 無料相談実施中 予約制
お気軽に電話を ☎ 0285-38-9550