

次号予告

風水害被害を防ぐために



「広報なばり」へのご意見を
お寄せください。

新型コロナウイルス

感染症に負けない!!

あなたなら、きっとできる! 感染対策

ワクチン接種後も感染予防が必要です

健康・子育て支援室 ☎ 63-6970

ウイルスを家庭に持ち帰らないために…

こまめな手洗い・消毒を習慣にしませんか?



手指の消毒

- お店や職場で消毒液ボトルがあっても、通り過ぎていませんか?
- 同僚や友達とオフィス備品やスポーツ用品などを消毒・洗浄せずに共用していませんか?
- 帰宅時に、手洗いを忘れていませんか?

家庭で感染を広げないために…

食事・就寝の分離で家族の安全を守りませんか?



体調管理

- 体調の悪い家族と同じタイミングで一緒に食事していませんか?
- 体調の悪い家族と、同じ寝室で寝ていませんか?
- 体調の悪い家族がいるのに、マスクなしで生活していませんか?

会食で感染を広げないために…

食事とおしゃべりを分けて会食を楽しみませんか?



- 大皿での料理の共用や自分の箸・トングなどでの取り分けをしていませんか?
- 食事の際にマスクをせず大声で談笑していませんか?
- 換気が悪く、座席間の距離が不十分な飲食店を利用していませんか?

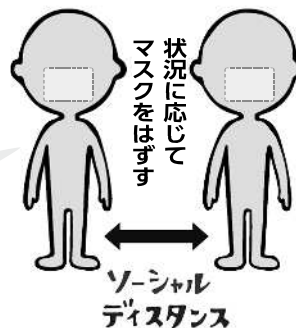
これからの季節は、水分補給など、熱中症予防を念頭に感染症対策を!



水分補給

- こまめに水分補給していますか? マスクをしていると喉の渇きを感じにくくなります。
- 暑い場所を避けていますか? エアコンは、こまめな温度調整を忘れずに。

- ▼息苦しさを感じた時は、マスクを外すことや休憩をとるなどして無理をしないでください。
- ▼気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意!
- ▼負荷のかかる作業や運動中のマスク着用を避ける。



ソーシャルディスタンス

新型コロナ 症状など相談

発熱などが症状があるときは、電話で、かかりつけ医など、身近な医療機関にご相談を。相談先が分からないときや休日・夜間は、「受診・相談センター」へ
受診・相談センター ☎ 24-8050 午前9時~午後9時(伊賀保健所内/土・日曜、祝日も可/時間外は、三重県救急医療情報センター ☎ 059-229-1199)

ランドセル

新学期を迎え、楽しそうにおしゃべりしながら学校に向かう子どもたち。自分の体よりも大きなランドセルを背に歩いている様子は、なんともほほえましく思います。ランドセルを見ると定番だった赤・黒だけでなく、ピンク・オレンジ・パス



れました。

「赤は女の子の色」と決めていたのです。甥の言葉は、決めたので固まった私の考えに、ひびを入れてくれたように感じました。

後日、甥が入学する小学校では、学校指定の通学カバンがあることがわかりました。しかも周りから見てもわかりやすいように、色は黄色だったようです。「あの時、悩んでいたのは何だったんだらうね」と、今では父母と笑い話にして

ひまわり No. 494

~人権尊重をくらしのなかに~
ご意見は人権・男女共同参画推進室(☎63-7909)へ

た。甥の答えは「赤色」でした。私は「なんか女の子みたいやなあ。ほかの色にしたら」と言いましたが、甥は「絶対赤がいい」と譲りません。私は、「男の子が赤いランドセルだといじめられるんじゃないか」など考えながら「どうして赤がいいの?」と尋ねました。すると「〇〇ジャ

様々な人権問題を考えた時、その課題を生み出している元となるもの一つは、決めつけや思い込みによる偏った知識や認識です。これまでに身に付けてきたものも大切です。しかし社会や時代が変われば、ものの方や考え方も変わるので、それにとらわれることなく、日々自分の考え方を振り返っていくことも大切だと感じました。

広告

「広報なばり」に広告を掲載しませんか?

毎号約34,000部発行。市内の各世帯にお届けしています。広告掲載について詳しくは、市ホームページをご覧ください。秘書広報室(☎63-7402)へお問い合わせください。



介護付老人ホーム **入居者募集中**

えがみ 毎月の必要経費 **146,500円**

(居住費・管理費・水道光熱費・食費込)
※別途介護保険自己負担金、諸雑費等を徴収させていただきます。

★全室個室(30床) 家族的な介護 ★提携医院(夢眠クリニック)

名張市松崎町1339-1 ☎0595-41-0250