

コロナ予防と熱中症予防

コロナ禍において、感染防止の3つの基本

- ① 身体的距離の確保 ② マスクの着用 ③ 手洗いの徹底

それに加えて

- 接触感染に注意・人は無意識に顔を触っています。
(目、鼻、口などの粘膜からの感染予防)
- 予防接種を受ける・みんなで免疫を得ることで、コロナ終息に向かうように



熱中症予防も大切

1 暮らしの工夫で暑さを避けましょう。(熱中症の半数以上は、屋内で発生)

- エアコンや扇風機を上手に使い、室内温度を調整
屋内や夜間だからと油断せずに。
- 室内でも濡れタオルや冷却グッズで体温をさげる。
- 暑い時間帯は、無理をしない。

2 適宜マスクをはずしましょう。(マスクはのどの渴きを感じにくい)

- 屋外で2メートル以上を確保できる場合は、マスクをはずす。
- 周囲の人との距離を十分とった上で、適宜マスクをはずし休憩する。

3 のどが渴く前に、こまめな水分補給をしましょう。

- 1日あたり1.2リットルを目安に。例年以上に意識して。
- 大量に汗をかいた時は、経口補水液などの塩分も忘れずに。
- 野菜や果物、海藻など食事からとる水分も大切に。



4 日頃から健康管理をしましょう。

- 軽度の異常は、安静、冷却、水分補給
- 頭痛や吐き気、様子がおかしい時は**119番通報**

5 暑さに負けない体作りをしましょう。

- 食事と睡眠はしっかり。
- 運動は適度に。

令和3年度福生市敬老大会

～申込制になりました～

収容率
50%以下で
実施します

日時：9月12日(日)

第1公演：午後0時10分から(開場時間 午前11時40分)

第2公演：午後3時30分から(開場時間 午後3時)

※ 主催者挨拶は第1公演でのみ行います。

※ 演芸アトラクションの内容は第1公演・第2公演で同一です。

場所：市民会館大ホール(もくせいホール)入場無料

対象者：市内在住の65歳以上の方

内容：〈第1公演〉主催者挨拶・
演芸アトラクション

〈第2公演〉演芸アトラクション

出演者：【歌謡ショー】山本譲二



ご来場の際の注意事項：

- ・当選はがきを必ずお持ちください。
(忘れた場合入場できません)
- ・必ずマスクを着用してください。
(マスクを着用されていない場合、入場をお断りさせていただきます。)
- ・当日、37.5℃以上の発熱、または体調がすぐれない場合は、来場をお控えください。
- ・駐車場の台数には限りがあるため、できるだけ公共交通機関等をご利用ください。

【ものまね】亀ひろし 【司会】中山しんじ



～令和3年度福生市敬老大会の申込み方法～

新型コロナウイルス感染症対策のため、申込み制とさせていただきます。

申込方法：往復はがきに下記の記入例の内容を記入し、送付してください。

- ・ 申込み多数の場合は抽選となります。
- ・ はがき1枚で申込みできる人数は1人までです。
- ・ 座席は指定となり、抽選により決定します。知人同士で隣同士になりたいといったご要望にお答えすることはできません。
- ・ 車椅子専用の座席を利用したい場合、車椅子用の座席には限りがありますので、他の座席に余裕がある場合でも落選となることがあります。
- ・ 車椅子専用の座席を利用する方は、付添人が一名出席できます。
- ・ 車椅子での送迎バスの乗車はできません。
- ・ 送迎バスには定員があります。ご希望多数の場合、抽選となりますので、公演が当選されてもバスにご乗車いただけない場合があります。
(公演にはご出席いただけます)

申込期間：7月30日(金)まで(必着)

※ 返信はがきは8月31日までにお送りします。

(返信はがきには、入場時間や座席番号が記入されています。)

● 往復はがき記入例 ※1人につき1枚のはがきが必要です。

○往信○

郵便往復はがき 1978501	福生市本町5
往信	福生市役所介護福祉課 高齢福祉係 行き
無記入	

○返信○

郵便往復はがき	※ご自分の住所・氏名
返信	
①住所	
②氏名	
③電話番号	
④希望回 (第1公演 第2公演 どちらでも)	
⑤送迎バスをご利用される場合、 バス停番号 《5ページ上段【乗車場所】を参照 (例 ①福祉センター)》	
⑥車椅子専用の座席を希望 (希望する方のみ)	

送迎バス：ご利用にはお申し込みが必要です。(敬老大会のお申し込み方法参照)

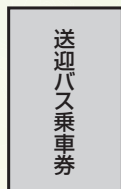
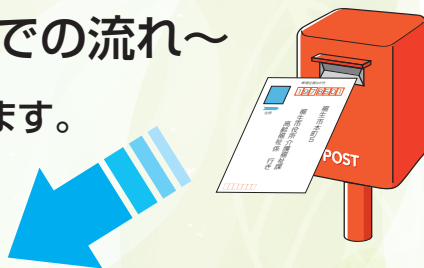
【乗車場所】

- ①福祉センター ②熊川住宅(集会所前) ③熊川地域体育館 ④福生地域体育館
- ⑤加美平団地(5号棟前) ⑥福生病院(加美薬局前) ⑦驚安堂福生店前
- ⑧中央体育館 ⑨都宮熊川第2アパート

送迎バス乗車者確定後、乗車券を送付します。(送迎バスをお申込みの方には、当選はがきと一緒に乗車券をお送りします。) 当日は乗車券のある方のみバスを利用できます。

～敬老大会ご来場までの流れ～

- ① 往復はがきで申し込みます。
(必ず1人1枚!)



- ② 市から当選はがき、バスをお申込みの方はバスの乗車券が届きます。
(入場時間、座席などをチェック!)



- ③ 届いた当選はがきを持って当日会場へ!
(はがき・マスクを忘れずに)



〒 197-8501

福生市本町5
福生市役所介護福祉課
高齢福祉係
行き

←こちらを切り取って往信はがきに貼り付けて使用できます。

【問合せ】

(送迎バスについて) 社会福祉協議会

Tel042-552-2121

(申込み方法等その他事項)

福祉保健部介護福祉課高齢福祉係

Tel042-551-1751