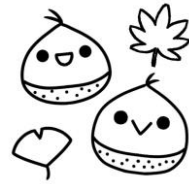


《重点目標》

- ・健康市民おかやま 21(2次)を推進していきましょう
- ・子育てを支援しましょう。(健康寿命を延ばそう)
- ・心のバリアフリーを進めましょう

責任者：中区藤崎 201-10
成本 千代子



9月になっても毎日残暑が続き、やっと朝夕秋を感じるこの頃です。
6月・7月の長梅雨、8月は猛暑日が続きました。その後は台風と。
その上今年、新型コロナウイルスの影響で経験したことのない生活で
ご苦労されていると思います。
皆様が楽しみにされていた学区の行事・イベントも残念ながら中止にな
りました。一日も早く新型コロナウイルスの収束を願っています。
健康・栄養に気をつけ、また熱中症にも注意してこの時期を頑張って乗
り切りましょう。
愛育委員の活動も、徐々に活動再開しています。
岡山市の集団検診は受けられましたか？
操南学区の会場では中止となってしまいましたが、他の地区でも受けら
れます。まだの方は、是非受診しましょう。



◎赤ちゃんすこやか相談

毎月第1木曜日、受付；9時30分～10時30分
中区保健センター（桑野ふれあいセンター内）TEL 274-5164
・親子手帳（母子健康手帳）を持参して下さい

9月3日(木) 10月1日(木) 11月5日(木) 12月3日(木) 1月休み
2月4日(木) 3月4日(木)

【内容】身長、胸囲、頭まわり、体重の計測

※ 新型コロナウイルス禍のため中止していましたが、9月から再開します。
新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、当面の間は身体計測のみと
します。新型コロナウイルス感染症の影響により、急遽中止になる可能性
があります。



みんなの力で感染拡大をストップ! ～新型コロナウイルス感染症～

中区保健センター 地区担当保健師 河上

新型コロナウイルス感染症は、誰でもかかる可能性があります。自らの体を守り、大切な
人を守るために、一人一人が、感染予防の意識を高め、行動していきましょう。
新型コロナウイルスは主に2つの経路から感染します。

ひまつかんせん 飛沫感染 感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒に飛んだウイルス
を、目や口、鼻などから吸い込んで感染します。飛ぶ距離は1.5m～2m。

⇒**人と人との距離**（ソーシャルディスタンス）が必要です

せつしよくかんせん 接触感染 感染者がくしゃみや咳をしたときにでたウイルスが、周りの物に
つきます。このウイルスが手についた状態で、目や口、鼻を触ると粘膜から感染
します。

⇒こまめに**手洗い**をしましょう

陽性となった人の中には、症状が全く出ない、または風邪程度の症状だった人
もいます。知らない間に自分が感染していて、他人に移す可能性もあります。

⇒**マスクの着用**が必要です

※熱中症予防のため、屋外で人と十分な距離を
確保できる場合は、マスクは外しましょう。

switch-okayama.jp
スイッチおかやま



こんな症状がでたら、相談をしましょう。
発熱、喉の痛み、咳、倦怠感（だるさ）、味覚障害（味がしない）や嗅覚障害
（においがわからない）など、さまざまな症状が出るのが特徴です。
特に味覚障害や嗅覚障害が出てきた場合は、すぐに相談をしてください。

岡山市新型コロナウイルス 受診相談センター
☎086-803-1360
平日 9時～21時、土・日、祝日 9時～17時
（時間外は留守電のガイダンスに従ってください）