

健康 だより

【執筆者】
保健福祉課健康推進係
保健師 佐藤 亜海
西 瑞穂



「おさらい！新型コロナウイルス感染症対策について」

こんにちは！保健福祉課の東北出身コンビです。今回は改めて新型コロナウイルス感染症対策について確認したいと思います。

初めはマスク着用の生活が苦しいとの声が多く聞かれていましたが、今ではその生活も馴染んできたのではないのでしょうか？ここでマスクの着用について今一度おさらいしましょう！ポイントは鼻と口の両方を確実に覆い、隙間のないようにすることで。鼻が出ている「鼻マスク」や、口と鼻が出ている「顎マスク」に注意しましょう。また、自宅への来客時にも正しくマスクを着用してください。

もちろん日々の体調管理も欠かせません。朝・昼・晩の食事、適切な睡眠、適度な運動、健康状態の把握も大事です。健康状態の把握は定期的な検温、病

院受診等があります。また、予防接種や健診等はコロナ禍でも受けるよう国からも呼びかけられています。保健センターでも5月に集団健診を実施します。詳しくは保健福祉課にご連絡ください。

新型コロナウイルス感染に伴う支援として、村では「自宅待機者支援事業」があります。これは新型コロナウイルス感染者や感染者との濃厚接触によって保健所から自宅待機を求められた村民に、生活に必要な食料や物資を無料で届ける支援です。また、自宅以外の待機施設も用意しています。

皆様が自分自身を守るためにも、そして皆様の大切な方を守るためにも1人ひとりができる感染症対策をし、コロナ禍を乗り越えましょう！

今月の あなたのしあ

「まちがいさがし」

※答えは来月号で発表します

まちがいは全部で4つあるよ。下の写真を見比べて探してみよう！

先月号の答え		
◎初級編	◎中級編	◎上級編
A1. 春一番	A1. アメジスト	A1. 針供養
A2. 節分	A2. 天皇誕生日	A2. やいかがし
A3. バレンタインデー	A3. 梅	A3. 猫の日

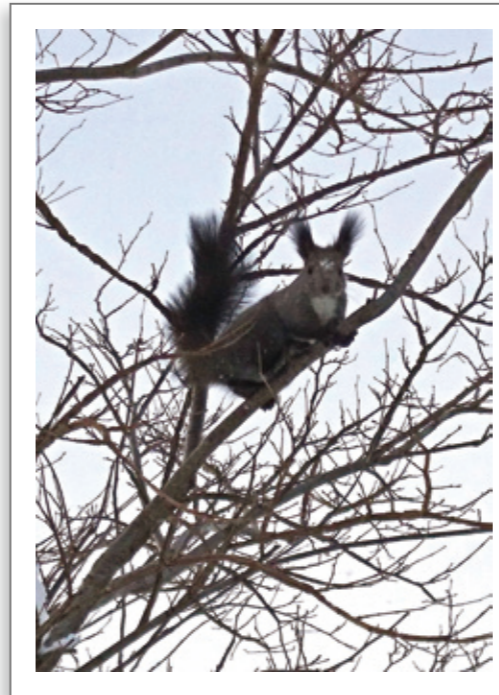


出演：産業課水産商工林務係 能登 侑太



さるふつ みんなの 写真集

みなさんから応募のあった、猿払で撮影された写真を紹介します。写真は、FacebookやInstagramから応募ができます。随時募集をしていますので、お気軽にご応募ください。



ともだち ミントさん

庭の雪かき中に、傍まで来て何か言っていました。

撮影日：1月4日 撮影場所：鬼志別

「さるふつみんなの写真集」
「輝くさるふつキッズ」
ご応募お待ちしております！

■応募方法

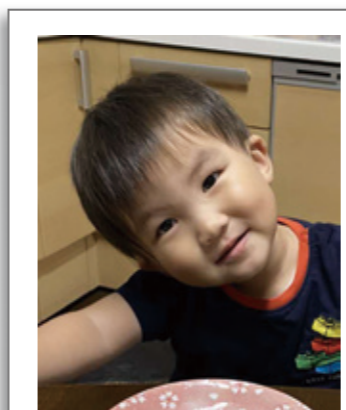
- ①役場への持ち込み
・写真のデータを役場までお持ちください。
- ②SNSからデータ送信
・猿払村公式 Facebook、Instagram のメッセージ機能から写真を送ってください。

詳しくは右のQRコードにアクセスください。



輝くさるふつキッズ

みなさんから応募のあった、3月生まれのお子さんを紹介します。1歳～6歳までの猿払村に住んでいる子どもが対象です。FacebookやInstagramから応募ができますので、お気軽にご応募ください。 ※毎月15日が締め切りです



せな
小松 瀬那くん(3)
2018年3月8日生まれ
保護者：小松 潮さん



はる
小松 波瑠くん(5)
2016年3月10日生まれ
保護者：小松 潮さん



けいせい
長谷川 景星くん(4)
2017年3月26日生まれ
保護者：長谷川 太一さん

※掲載年齢は、誕生日以降の年齢です