

いつもLLTの活動にご理解ご協力頂きまして、ありがとうございます。
今月は《感染症夏・出血時の感染症予防対策》と《熱中症・食中毒》をテーマで
学んで参ります。研修を通じて皆様が気を付けるポイントを学んで頂けると
幸いです。

感染症 夏

令和7年8月研修

【アウトドア】

夏の病原体を媒介する蚊やダニの活動が活発化します。野外で野外でレジャーを楽しむ時は肌の露出の少ない長袖・長ズボンで、明るい色の服装（マダニを目視で確認しやすい）を着用するなどして感染症から身を守りましょう。



【出血時の注意点と対策】

・適切な消毒と手洗い

傷口から出血した場合は、まず消毒液で消毒し流水で良く洗う必要があります。その後石鹸で丁寧に手を洗う事が重要です。

・感染症予防の観点から

出血時に感染症が心配な場合は、使い捨ての手袋を着用し、処理後は手袋を交換して手洗いをしっかり行う事が大切です。

・接触時の注意

出血した箇所の血液や体液に直接触れない様に注意し、もし触れてしまった場合は直ぐに消毒して手を洗いましょう。

・共用物の使用

感染症のリスクを避ける為、タオルやコップなどの共用は避け、個人用の物を使用しましょう。

障害者の熱中症対策

障害者は熱中症のリスクが高い為、特に注意が必要です。障害者も周りの人達も声を掛け合って熱中症を予防しましょう。



熱中症
リスク

- 暑さや喉の渇きを感じにくい
- 体温が上がりやすい（体温を下げる機能が弱っている）
- 暑さや喉の渇きを思い通り伝えられない
- 車椅子のシートは熱がこもりやすい

★障害者の熱中症対策

出かける日の体調を整えよう！

熱がこもった状態で出かけないようにしましょう。

こまめに水分補給しよう！

のどが渴いていなくても！屋内でも！外出前にも！
汗をかいたら塩分も補給しましょう。

暑いところを避けよう！

帽子や日傘などを利用しましょう！
冷却グッズで体を冷やすもの◎！
汗をかかない人ほど、体温が上がる
前に予防対策をしましょう。

こまめに休憩しよう！

涼める場所を事前に調べておくと安心！



★まわりの人達がすべきこと

環境やご本人の様子をチェックしよう！

直射日光が当たっていないか？温度湿度が高すぎないか？
顔色など身体の様子に変化が無いかも、確認しましょう。

積極的に声を掛けよう！

『暑くないですか？』『水分補給していますか？』
『気分は悪くないですか？』『何かお手伝いしましょうか？』



食中毒予防3原則



食中毒は、その原因となるウイルスが食べ物に付着し、体内に侵入する事によって発生します。

食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌などを「増やさない」、「やっつける」3つの事が重要です

原則1 「つけない」→清潔保持

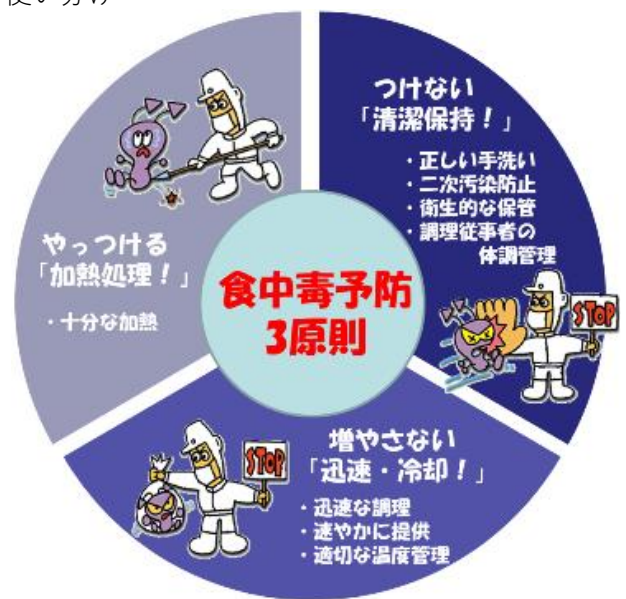
- ・手洗いの徹底 ・調理器具は使用目的に応じて使い分け
- ・盛り付けは直接素手で触らない
- ・食材ごとに適切な場所に分けて保存
- ・下痢、吐き気、発熱等の症状が有る時、
調理作業の従事を控える

原則2 「増やさない」→迅速・冷却

- ・調理は迅速に
- ・作り置きはせず、調理後は速やかに提供
- ・食材にあった温度管理

原則3 「やっつける」→加熱処理

- ・中心部までしっかり加熱
(中心部が75度以上で1分以上、ノロウイルス
の汚染の恐れがある場合は85度以上で90秒以上)



ウイルスによる食中毒

- ・ウイルスは食品中では増えませんがごくわずかな量を摂取するだけでも食中毒を引き起こす為、「つけない・やっつける」が重要となります。
- ・調理場内に「**持ち込まない**」持ち込んだとしても「**広げない**」事も徹底させましょう。

研修お疲れ様でした。まだまだ暑い日が続きますが、感染症・熱中症・食中毒には気を付けてお過ごし下さい

今回の研修が参考になれば良いと思います。宜しくお願い致します。

自転車の交通違反に青切符導入 2026年4月を目途に施行予定



★青切符対象の交通違反と罰則は

対象となる違反行為は、信号無視・一時不停止・歩行者妨害・スマートフォンを見ながらの運転など多岐にわたり、反則金を課される。

違反項目一例	反則金（目安）
ながらスマホ運転	12,000円
信号無視	6,000円
通行区分違反	6,000円
一時不停止	5,000円
並進	3,000円
二人乗り （幼児用座席は除外）	3,000円
傘さし運転	5,000円
イヤホン使用	5,000円
無灯火運転	5,000円
遮断踏切立ち入り	7,000円
制動装置不良運転 （ブレーキ異常）	5,000円
駐輪違反	9,000円

★16歳以上が対象

青切符の対象となるのは、交通ルールの理解と自己責任が求められる年齢であるとされる16歳以上とされています。16歳未満の違反者については、保護者への指導や講習など別な方法で対応する方針です。

★悪質または重大な違反は

赤切符が交付され刑事罰対象に

違反を行った上で事故を起こすなどの悪質または重大な違反の場合や、警告したにも関わらず違反行為を継続した場合は、赤切符が交付され刑事罰の対象となり、罰金や懲役が科せられ前科が付く場合もあります。

※ヘルメットは努力義務の為罰則はありませんが、もし事故にあった時の補償は変わって来る様です。

自転車は気軽に利用できる交通手段である一方、重大な事故につながる危険性もはらんでいます。青切符制度の導入は、利用者一人に対して交通ルールの重要性を再認識させ、自転車も「車両」であることを意識すると同時に一人ひとりが責任ある運転を心がけることが求められます。

