

# はじめよう つづけよう 北海道スタイル

新型コロナウイルスとの戦いが長期化しています。私たちは、国が示した「新しい生活様式」の道内での実践に向けて、ライフスタイルやビジネススタイルを変えていかなければなりません。

北海道で暮らす皆さまが互いに感染防止に取り組み、助け合って、新しい社会の構築に向け挑戦していきましょう。

## 新型コロナウイルスに強い北海道をつくる 7つのポイント



## これ以上の感染拡大を防ぐためには 一人ひとりの行動が何より大切です

若い世代における感染の広がりが顕著となっています。若い世代の方々は、感染しても無症状や軽症の方が多く、感染に気づかないまま、普段どおり生活することにより、周囲や重症化リスクの高い高齢者、基礎疾患のある方などに感染させてしまうおそ

れがあります。

今後、感染拡大防止と社会経済活動との両立を図るためには、感染症が拡大しつつある現在の状況を今ここで抑えていくことが重要であり、感染予防に対する一人ひとりの意識と行動が何より大切です。

## 「感染しているかも」と考えて 常に感染防止対策を意識して行動



## 町民の皆さまはインフルエンザ予防接種費用が無料（令和2年度）積極的な予防接種を

新型コロナウイルス感染症との同時流行が危惧されるインフルエンザ。インフルエンザは予防接種により、その発症や重症化を予防することができます。

今年度は仁木町に住所がある満1歳以上の方が予防接種を無料で受けることができます。皆さまの健康を守るため積極的に予防接種を受けましょう。



## ほっかいどう健康づくりツイッター開設のお知らせ

北海道では、道民の健康づくりに役立つ情報を発信するため、「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しました。

「栄養・食生活」「運動」「休養」「歯科保健」「受動喫煙防止対策」といった健康づくりに関する情報や「がん・生活習慣病」などの疾病予防に向けた生活習慣に関する情報を発信しています。

まずは“見る”ことから健康づくりを始めませんか？ 次のウェブサイトアドレス（URL）又はQRコードからアクセスしてください。詳しくは倶知安保健所企画総務課企画係（☎0136-23-1952）まで。

● [https://twitter.com/Hokkaido\\_health](https://twitter.com/Hokkaido_health)

