令和５年10月18日

　各地区柔道協会長　殿

西濃地区柔道協会

会長　吉田篤生

西濃地区柔道協会参段以下昇段審査受審者への周知のお願い

西濃地区における令和５年10月18日現時点のインフルエンザ流行状況は、直近1週間の一定点当たりの平均新規患者発生数は、22.8人と大流行の兆しが現れています（岐阜県リアルタイム感染症サーベイランス参照）。

このような状況下にあることを十分理解し、令和５年10月22日実施の西濃地区柔道協会参段以下昇段審査参加者には、下記の点に配意するよう周知をお願いします。

記

１　出かける場合には、なるべく人ごみを避けましょう。

２　帰宅時や食事前には手洗いをしましょう。

３　睡眠を十分に取り、栄養に気を配りましょう。

４　室内を適切な温度や湿度に保ちましょう。

５　咳(せき)エチケットを守りましょう。（咳、くしゃみが出る場合には、ティッシュ、ハンカチなどで鼻や口を押さえ、飛沫(ひまつ)を飛ばさないように心がける。）

６　咳、くしゃみなど体調がおもわしくない場合には、極力外出は避け、外出をする場合にはマスクをしましょう。

※予防策について

〜インフルエンザかからないために広めないために〜岐阜県ホームページ

～令和５年度インフルエンザQ&A～厚生労働省ホームページ

　を参考にしてください。