



自治会員加入お済ですか？☎098-938-4661まで連絡を！

区内放送&ホール音響工事寄付者 「ありがとうございます」

◎泡瀬第三婦人会様 ◎金城正和様
◎ちゅらさんミート様 ◎真壁廣様



区内放送機器もバージョンアップ
遠隔でスマホからアナウンスできます



泡瀬第三婦人会より



告別式欄



炊き出しカレー



声かけ隊活動 カレー配布の後
ゆっくり頂きました



防災訓練6/9(日)



新垣力防災士と避難経路確認



防災訓練準備 青年隊



熱中症予防のために

暑さを避ける!

- ※扇風機やエアコンで室温をごまめに調節
- ※遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ※外出時には日傘や帽子を着用
- ※大気のよい日は窓の利用、こまめな休憩
- ※吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣類を着用
- ※保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

- ※室内でも、外出時でも、のどの渇きを感していないくてもこまめに水分・塩分などを補給

●熱中症予防のための情報・資料サイト

熱中症予防のための情報・資料
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/sunya/henkoku_jyo/henkoku_nettouu_bosaku/

「熱中症は、高温多湿の環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を招きます。足りだけでなく過剰に熱をもらいすぎても発症し、最悪の場合は死に至ることもあります。熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。」

声かけ隊勉強会6/6(木)

熱中症予防について

地域包括東部仲濱さん

睦会定例会でも勉強会6/17(月)

看板娘? 第三土曜日 こども食堂

月~金19時から22時まで練習