

いちひのコミ協だより 6月号

市比野地区コミュニティ協議会

Tel38-2454

令和7年6月24日

花壇がきれいになりました。

6月8日(日)、例年は1日目に花を抜いて、肥料を入れ、温泉場入口の土手払い。2日目が花植え作業でした。今回より1日で午前8時00分より雨の中、自治環境部会・地域活性化イベント部会・体育育成部会の方々が、2日分の作業をしていただき花壇がとてもきれいになりました。土手の草払いは、雨が降って危険という事で延期になりました。

皆さんには、雨の中での作業になりましたが、運よくその時間帯になったら少雨になりなんとか作業を終えることができました。ご協力いただきました方々大変ありがとうございました。今後水かけ当番にあたる自治会については、水かけと草取りのご協力をお願いします。



参加された皆さん

元気度アップ事業について（65歳以上が対象）

行事への参加・お手伝いでスタンプがもらえます。	
グラウンドゴルフ大会	花いっぱい運動事業（春・秋）
ラジオ体操	鬼火焚き準備
普通救命講習	年始会

※当日のみの押印が有効になりますのでご注意ください。

熱中症にご注意！！

梅雨が明けると暑い日が続きます。家の中でも室温や湿度が高いと熱中症になる可能性がありますので注意が必要です。

- ・エアコン・扇風機を使用しながら室温をこまめに調節
- ・のどが渇かなくてもこまめに水分補給
- ・外出時は、日傘、帽子を使用し、通気性の良い衣服を着用をする
- ・天気の良い日は、日陰の利用、こまめな休憩

- ・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。

◇こんな症状が出たら要注意

- ・重症度Ⅰ・・・めまい、立ちくらみ、筋肉痛など
- ・重症度Ⅱ・・・頭がガンガンする、吐き気、嘔吐など
- ・重症度Ⅲ・・・意識がない、体がひきつる、呼びかけに対し返事がおかしいなど

※自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、ためらわずに救急車を呼びましょう。

※暑さの感じ方は、人によって異なります。

※室内でも熱中症予防！！

※高齢者や子ども、傷害のある方は、特に注意が必要！！

【今月の予定】

6月29日（日）市コミ主催グラウンドゴルフ大会
（樋脇グラウンドゴルフ場 8：30集合）

7月10日（木）令和コミュニティトーク（樋脇保健センター2階 14：00～）
（市民と市長の語る会～ 参加お待ちしております。）

7月19日（土）ラジオ体操 市比野小学校校庭 6：20集合

※ 元気度アップ事業の対象になります。地域の方々もぜひご参加を！！