

7月は『第64回社会を明るくする運動』強調月間

『社会を明るくする運動』とは？

『社会を明るくする運動』は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した方たちの立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を作っていくとする全国的な運動です。

まずは、『できること』から地域のすべての人がそれぞれの立場で関わっていく必要があります。私たちの暮らす地域から犯罪や非行をなくすために、普段の生活の中で『できること』を探してみましょう。家族や地域に住む人との絆を強くすること。地域の交流を深める催しに参加すること…まずは、それぞれの立場で『できること』を始めましょう。

「青少年は地域社会からはぐくむ」という観点に立ち、町では、地域社会が犯罪や非行の防止に対して一体となった取り組みを進めるため『ミニ集会』を開催します。

どなたでもご自由に参加できますので、お気軽にご来場ください。

『ミニ集会開催』

▶日時・場所＝下記参照(午前8時45分～受付)

▶内容＝警察官による講話・フリートークなど

地区	明治地区	本郷地区	上三川地区
日時	7月15日(火) 午前9時～11時	7月16日(水) 午前9時～11時	7月23日(水) 午前9時～11時
場所	明治 コミュニティセンター	本郷北 コミュニティセンター	上町公民館

▶問い合わせ先＝福祉課 福祉人権係 ☎(56) 9128

在宅介護支援センターによる 介護予防教室のご案内

今日の元気を明日の元気に!!おおむね65歳以上の方を対象に介護予防教室を実施します。みんなで楽しく活動しましょう。みなさまの参加をお待ちしています。

日にち	時間	内容	場所	申し込み先
7月15日(火)	午前10時～正午	体操	鞘堂公民館	トータスホーム ☎(52) 2220
7月15日(火)		音楽・体操	坂上コミセン	ふじやまの里
7月24日(木)		体操	上三川いきいきプラザ	☎(56) 0958
8月 4日(月)		手芸	きらきら館	友愛苑
8月 6日(水)		手芸	桃畑公民館	☎(56) 8885

▶問い合わせ先＝健康課 成人健康係 ☎(56) 9133

熱中症を予防して元気に夏を過すまじょー！

熱中症とは？

室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなることで、体温上昇、めまい、体がだるくなる、また、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

熱中症になりやすい人は？

○乳幼児…体温を調節する機能が未熟なため、体温の上昇が大人よりも早く、熱中症にかかりやすい。

○高齢者…身体の中の水分の割合が少ないことに加えて、暑さやのどの乾きを感じにくいなど、自覚症状がないうちに熱中症になる危険がある。

この他にも、肥満傾向の人、普段から運動をしていない人、暑さに慣れていない人、持病や障がいがある人、体調の悪い人(寝

不足・下痢や二日酔いなどで体内の水分が減っている等)も熱中症になりやすいため、注意が必ず要です。

★熱中症予防のポイント★

・部屋の温度をこまめにチェック！
室温は24℃～28℃の間で調節をしましょう！

・室温が高いと室内でも熱中症の危険があり、低すぎると外気温との差が大きくなり、体に負担がかかります。(のどが渇かなくてもこまめに水分補給と塩分補給をしましょう！)

・呼吸からも水分は失われ、汗をかくことで塩分も失われています!!
・体をしめつけない涼しい服装で外出を！帽子や日傘も忘れず。

・日ごろからバランスの良い食事と体力づくりを心がけま

しょう！

熱中症が疑われたら…

涼しい場所へ移動させ、衣服を緩め、体を冷やす(脇の下や太もものつけね等を冷やす)等の応急手当を行います。水分・塩分を補給させることも大切です。

※自力で水が飲めない、意識がない(おかし)、全身のけいれんがある等の症状がみられた場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう。

熱中症は、予防ができる病気です。一人ひとりが熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合っていきましょう。

▼問い合わせ先

健康課 成人健康係

☎(56)9133

7～8月は徴収強化月間

納税の公平・収納の向上を図るため、徴収の強化に取り組みます。

◇あなたの税がみらいを拓く

税金は、福祉・教育・施設整備など、くらしを支える事業の大切な財源です。

◇納付は期限内に

督促手数料や延滞金がかからないよう、税金は期限内に納付しましょう。

納め忘れの心配がない「口座振替」がオススメです。

◇税金を納めない

税金を納めない方に対しては、財産を調査し、財産差押などの滞納処分を行います。

例)預金残高の確認、勤務先への給与照会、自宅の搜索

期限内に納められない場合は、そのままにせずにご相談ください。

▼問い合わせ先

税務課 納税係

☎(56)9121