

熱中症 ～ご存じですか？ 予防・対処法～

こんな症状があったら 熱中症を疑いましょう！

環境省

新型コロナウイルス感染予防について

ワクチン接種を受けた後も、マスク、手洗いには注意しましょう。

・ワクチン接種は、強制ではありません。
・新型コロナウイルス感染等についての健康相談は、江津市役所、健康医療対策課健康増進係
☎ 0855-52-7935 まぐ

熱中症について

家の中でも熱中症になります

・のどが渇く前に水分を摂りましょう。

高齢者が脱水症になりやすい理由

・体液をためるタンク（筋肉）が少ない。
・飲んだり食べたりする量が減っている。
・のどの渇きや暑さに気がつきにくくなる。

香典返し

・大野谷 福田靖男様
故 福田直正様

・町西 大賀富士美様
八月二十日 行年 九十五歳

・大久保 洗川フミヨ様
八月十六日 行年 八十七歳

・目田 佐々木秋雄様
七月二十七日 行年 八十八歳

おくやみ

まちづくり協議会に過分なご芳志をいただきました。お礼を申し上げますと共に、心よりお悔やみを申し上げます。

跡市地区の人口 495人 令和3年7月末

コロナのワクチン接種後でも油断をせず、手洗い、マスク着用にご注意ください。

	世帯数	男	65歳以上	女	65歳以上	合計	65歳以上
跡市	171	154	75	171	105	325	180
千田	80	70	42	78	42	148	84
井沢	10	6	4	8	7	14	11
清見	7	5	3	3	3	8	6
合計	268	235	124	260	157	495	281
令和2年7月末	270	239	123	263	158	502	281

江津市役所調べ

発行/令和3年9月1日

第89号 2021年9月号

跡市地域 センターだより

9月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
8/29	30	31	1 民生委員会	2 金物	3 3B体操	4 3B体操 3B体操
5	6 銭太鼓	7	8 まちづくり役員会	9 婦人会 フリーサロン	10 3B体操	11
12	13 ハーモニカ	14 大正琴・二胡	15 資源ごみ	16 有害がら	17 3B体操	18 3B体操 3B体操
19	20 敬老の日	21	22	23 秋分の日	24 3B体操	25
26	27 ハーモニカ	28 大正琴・二胡	29 特定計量器 検査	30	10/1	2

秋の全国交通安全運動

予定は変更になることもあります

秋の全国交通安全運動 9月21日(火)～30日(木)

おまちしてます! 屋市 9月19日(日) 10時半くらいから ※車販にも伺います。よろしくお願いします。

特定計量器定期検査 9月29日(水) 13:30～14:30 跡市交流センター

敬老会・ふれあい体育大会 大変残念ですが、感染予防のため中止とします

100歳体操・ほんわかカフェ 感染予防のため、しばらくお休みします

センターの清掃 7月25日(日)



センターとその周辺の清掃作業を行いました。暑い中、たくさんの方にご参加いただきました。お陰様で大変きれいになりました。ありがとうございました。



小学校の花壇の手入れもしていただきました。先日植えていただいたケイトウの花も、雑草に埋もれてかわいそうでしたが、かわいい赤い花をつけていますよ。



健康教室 健康づくり推進会 7月30日(金)



新型コロナウイルス感染症について学びました。皆さんが、今一番関心のあるお話なのですが、暑い日が続く参加者が少なく残念でした。市役所健康医療対策課の職員さんによる健康相談も実施されました。



敬老の日 「おめでとうございます」



令和3年度 新会員の皆さん

〔町 東〕 ・小武久方 様 〔町 西〕 ・河村雅信 様 ・河村宏恵 様
〔目 田〕 ・三瀧香順 様 ・佐々木廣子 様 〔生り畑〕 ・上手三樹雄 様
〔中千田〕 ・佐々木一郎 様 ・佐々木英子 様 〔後 谷〕 ・堤 敦子 様
〔大佐張〕 ・佐々木和弘 様 ・佐々木富子 様

敬老の日は日本生まれの記念日で、今年は9月20日です。跡市地区の敬老会員は、新会員11名の方をお迎えして現在137名おられます。残念ながら、今年も敬老会を開催してのお祝いをする事ができません。人と繋がることが難しいこの頃ですが、どうぞお元気で過ごしてください。

100歳体操、介護福祉士 森口孝児さんから

元気で過ごすためには適度な運動、食事は大事です。

- ・一日、体重1kgに対して1gのたんぱく質が必要
- ・一日、5000歩以上歩きましょう



缶詰、ソーセージなどの加工品にも栄養が含まれていますよ。



物 故 者

令和2年10月～令和3年8月にお亡くなりになられた方です

・上畠 三枝 様 ・伊藤千代香 様
・佐々木照夫 様 ・大下 久子 様
・岡田トキワ 様 ・寺本 昌子 様
・伊藤 幸則 様 ・島田サダ子 様
・山片シズヨ 様 ・横田 利彦 様
・有田 博政 様 ・福田 直正 様
・佐々木秋雄 様 ・洗川フミヨ 様
・大賀富士美 様

キッチンから No.6



ずっと雨が続いて気分も減入りそうですね。今月はキッチンから離れて、雑誌でみつけた、思わず笑ってしまうエピソードを紹介します。皆さんも似たような経験があるのではありませんか？



お肌のためにと、何種類もの化粧品を使っていたが、塗る順番を間違えたり、二度塗りしてしまう…。今では一本で充分、間に合っています。

69歳女性

外出時は「火の元 OK! 戸締り OK!」と声をかけ、「すべて OK!」で外出したのに、帰って見たら玄関のドアが開いていました。

69歳男性

年のせいか味覚や臭覚があまりないので、もしコロナに感染しても判断がつかないのでは?と心配する。そうすると、後遺症の心配もないのかもしれないのですが…。

78歳女性

長期入院のため、爪切りだと思って持って行ったのは、なんとホッチキスでした。

68歳男性

