

平成30年 8月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			④カン類・その他容器 *人権・同和教育講演会(じばさんC)	金物類ごみ 浜田圏域子供交流事業(市山C交流C)	*ふりきゅうクラブ夏休み学習支援	
5	6	7	8	9	10	11
*センターグランド清掃(江尾自治会)午前7時~	・舞踊教室	たんぼぼの日	④ビン類	金物類粗大ごみ ・気功教室 *百歳体操 ・ポールエクササイズ教室		・書道教室 *まごころ市
12	13	14	15	16	17	18
	臨時休館	*盆ソフト(体協)市山CC *市山盆踊り(芸能保存会)	④プラスチック類 臨時休館 長谷納涼大会(風の国)午後6時~	*江の川祭り 臨時休館		・郷土研究会
19	20	21	22	23	24	25
◎ごうつ食育の日 しまね家庭の日	金物類粗大ごみ ・舞踊教室 *大道芸in児童クラブ	たんぼぼの日	④紙類 *三世代母の願い交通安全	・気功教室 *百歳体操		
27	28	29	30	31		
		たんぼぼの日 *小・中学校始業式				
3B体操教室、安来節銭太鼓、歌謡銭太鼓健康ウォーキングはお休みです。						

ふれあい通信

【発行・編集】まごころ市山 総務部 事務局：市山地域コミュニティ交流センター ☎92-1508

平成30年 7月豪雨災害

この度の豪雨により市内各地で甚大な被害が発生しました。被災された皆様には心からお見舞い申し上げます。

今回、江川では今までに経験したことのない放水がされ、八戸川にもバックウォーター現象が起こり市山地域でも被害が出ました。市山地域でも避難された皆さんもありましたが幸い人命を失うことが無く、命を守る行動をされたと早めの避難が肝心であると改めて感じております。

これからまだ10月にかけて台風や集中豪雨が起る可能性があります。多くの情報を収集し、早めの対応を行いましょ。一日も早い復旧と、被災された方々が日常生活に戻れるよう、お祈り致しております。



【上写真】今田地区冠水の状態

【左写真】八戸川(今田から小田方面)

写真提供：今田 岩本一也さん

◇被災された方には、センターへ救援物資が届いています。(タオル、下着類)

お問い合わせ下さい。



熱中症に気を付けて！ 熱中症患者の約半分は、高齢者(65歳以上)です！

猛暑が続いています。最高気温だけでなく、室内の温度や湿度を知り、早めにエアコンを使用するなど予防に心がけましょう。

- ①高齢者はのどの渇きに対する感覚が、鈍くなってきます。のどが渇く前にこまめに水分をとりましょう。
- ②高齢になると暑さに対する感覚が低下します。無理をせず不要の外出は控えましょう。
- ③熱中症は、室内でも多く発生しています。夜も注意が必要です。

生活上の POINT



こまめな水分摂取



十分な睡眠



バランスの良い食事

