人権プラザ神前

プラザだより
2024年6月号

人権プラザ神前
寺方児童集会所
TEL326-0840

詐欺電話に注意！！

詐欺の電話に注意してください。
町内のお宅で、電力会社やインターネット回線会社を名乗った詐欺の電話がかかってきたという話を聞きました。家にいても留守番電話に設定する、よくわからない怪しい電話は切るなどしましょう。

今年度も「あいさつ運動」をしています

5月7日朝7時40分から、寺方児童集会所にて、あいさつ運動を行いました。子どもたちは、参加された住民のみなさんに見送られて、元気に登校していきました。
原則毎月第1月曜日に行っています。お時間のある方は、子どもたちの様子を見に来てください。

熱中症に注意しましょう！

最近、暑くなる日が多くなってきました。
そこで心配になってくるのが、熱中症です。

～熱中症とは？～

体温が上がり、体の中の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりしてめまい、けいれん、吐き気、頭痛などの症状が起きる病気のことです。

～予防するにはどうすればいいの？～

外では日傘や帽子を使用したり、日陰に入ってこまめに休憩をとったりするようにしましょう。
気温の高い日には、日中の外出はできるだけやめることも大切です。
熱中症は、外だけではなく、家の中でも起こります。「エアコンをつけるほど暑くない」と我慢せず、こまめにエアコンなどで温度を調節して、家の中でも熱中症予防を心がけましょう。

家の外、中にかかわらず、こまめに水分や塩分を補給することも重要ですよ。

☀元気に夏を乗り越えましょう！！☀