


	催し名・申し込み	とき・ところ	内容 (対象は市内在住の人に限り)
妊婦	パパママ教室 ①6/5(水)~30(日) ②6/5(水)~7/7(日)に、市ホームページで  ID:1002386	①3(水)②10(水) 9:30~11:30 総合保健医療センター	出産に向けての心と体の変化や育児について学ぶ 対定 妊娠6か月(20週)以降のママとパパになる人(1人でも可)・各13組(先着順) 持 母子健康手帳 ※②は教室終了後にお薬相談会有り(希望者のみ)
	日曜パパママ教室 6/5(水)~7/2(火)に、市ホームページで  ID:1002387	7(日)10:00~11:50 総合保健医療センター	パパとしての役割や、夫婦で赤ちゃんを迎えるために必要なことを学ぶ 対定 妊娠7か月(24週)以降の初めてママとパパになる人(夫婦で参加)・40組(先着順) 持 母子健康手帳
乳幼児	モグモグごっくん教室 6/5(水)~7/15(祝)に、市ホームページで  ID:1030074	17(水)9:45~11:30 総合保健医療センター	生活リズム・離乳食・口のケア・食べさせ方などを学ぶ 対定 4~6か月児(第1子)の保護者・各30組(先着順) 持 母子健康手帳、バスタオル
	カミカミ歯っぴー教室 ①6/5(水)~7/16(火) ②6/5(水)~7/21(日)に、市ホームページで  ID:1030090	①18(木)②23(火) 9:45~11:30 総合保健医療センター	生活のこと・離乳食・口のケア・食べさせ方などを学ぶ 対定 8~11か月児(第1子)の保護者・25組(先着順) 持 母子健康手帳
	乳幼児健康相談 随時、電話で	①5(金)9:30~11:00 総合保健医療センター ②26(金)9:30~11:00 保健センター	乳幼児の発育発達・言葉・離乳食・授乳・口のケア・食べさせ方などの相談 持 母子健康手帳、バスタオル

対 対象 **定** 定員 **持** 持ち物

熱中症。本格的に暑くなる前からの備え!!



かすがい

起

承

転

結

No.20

市長 石黒直樹

初夏の爽やかな風が木々の緑とたわむれる6月。皆さんいかがお過ごしでしょうか。早いもので今年も一年の半分が過ぎようとしています。時間は人の都合とは関係なく刻々と過ぎていくもの。歳月人を待たず(さいげつひとをまたず)とはよく言ったものです。

さて、私の中高生時代(約50年前)。6月と言えば衣替え。6月1日に冬服から夏服へ、10月1日に夏服から冬服へと季節に合わせて慣例的に衣替えがありました。現在は、気温の高い季節はクールビズ。

環境省はクールビズについて、「日々の気温、それぞれのワークスタイルや仕事環境等に応じて、適切な温度での空調使用と各自の判断による快適で働きやすい軽装に取り組んでいただくことで、多様で柔軟な働き方にも資する省エネ・省CO₂の取組です。」として推奨しています。

昨年の夏(6~8月)の日本の平均気温は18.98年の統計開始以降で最も高くなり、国内の熱中症による救急

搬送人員(5~9月)は9万人を超えています。

熱中症は、気温や湿度が高い環境に長くいることで、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなることなどが原因で起こります。

台風や大雨などへの防災意識と同じように、熱中症への予防・対策についても意識を高めていくことがこれまでに必要です。

環境省は本年4月から、広域的に過去に例のない危険な暑さ等となり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがある場合に、熱中症特別警戒アラート(熱中症特別警戒情報)を発表する運用を開始し、自発的な予防行動を一層推進することとしています。体も意識も行動も日頃からの備えが大切です。本格的に暑くなる前から、備えを進めることで、自分、そして身の回りの人を守りましょう。