

熱中症

を予防しましょう

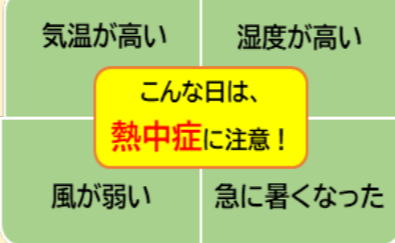


～熱中症予防策～

- ・暑さを避ける（涼しい服装、帽子や日傘の利用、日陰の利用）
- ・こまめな水分補給（1日1.2Lを目安に）
- ・エアコンを上手く利用
- ・日頃から暑さに備えた体力づくりと体調管理を
- ・熱中症警戒アラート発表時は、外出を控える、外での運動は、原則中止/延期する

★新型コロナウイルス感染症感染対策中であっても、**夏場**は熱中症予防観点から、「屋外で人と2m以上（十分な距離）離れている時は、**マスクを外すこと**」が勧奨されています。

◇問合せ 健康づくり課 TEL354-8291

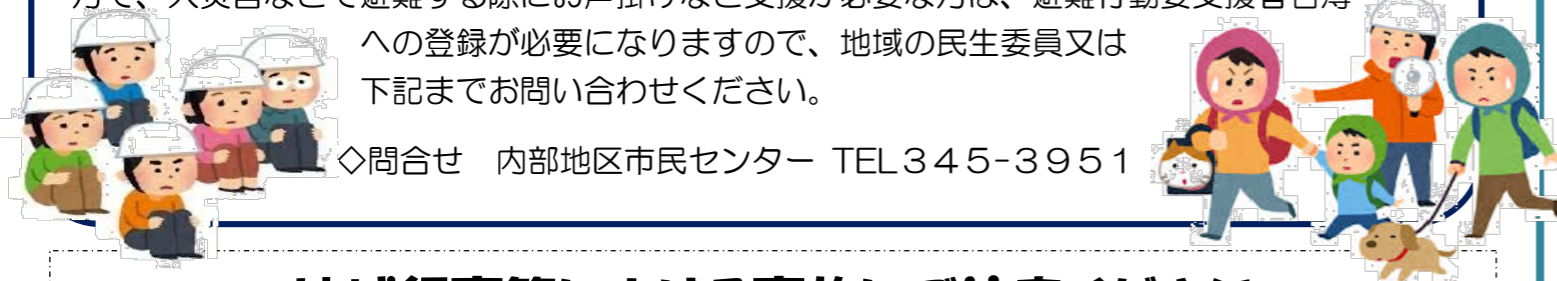


災害時に支援が必要な方へ

「75歳以上のひとり暮らしの世帯」及び「75歳以上の方がみえる70歳以上のみの世帯」の方で、大災害などで避難する際にお声掛けなど支援が必要な方は、避難行動要支援者名簿

への登録が必要になりますので、地域の民生委員又は下記までお問い合わせください。

◇問合せ 内部地区市民センター TEL345-3951



地域行事等における事故にご注意ください

毎年、夏から秋にかけて、清掃活動などの地域行事が盛んに行われる中、以下のような事故が多数発生しておりますので、ご注意ください。

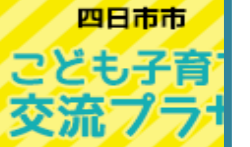
- ・自治会の除草作業でハチに刺された
- ・鎌で手を切るケガをした
- ・草刈り機で石を跳ねて近くの車両を破損させた
- ・地区運動会で転倒しケガをした
- ・町内夏祭りの片付けでやぐらから転落してケガをした



本市では、地域活動中の事故等に対応するため、市民活動総合保険に加入しています。万が一事故が発生した場合は、下記の担当までご相談ください。

◇問合せ 市民協働安全課 TEL354-8179 FAX354-8316

四日市市こども子育て交流プラザへ遊びに行こう!!



こども子育て交流プラザは、年末年始を除き毎日開館しています。主に小学生～高校生を対象にした季節の行事やスポーツ活動、創作活動など、さまざまなイベントを開催しています。また乳幼児と保護者が楽しめる「すくすくタイム」や「赤ちゃん広場」も実施しています。広い多目的ホール、工作室や図書室などの設備が充実した施設で雨の日も遊べます。ぜひ、ご来館ください!!

【開館時間】

〈第1部〉9:00～11:30 〈第2部〉12:30～14:00 〈第3部〉15:00～18:00
各部の間に消毒を行います。その間、施設の利用はできません 料金は無料です。

【主なイベント日時・内容】

7月1日(金)～ 7月7日(木)	9:00～ 17:30 ※消毒時間は除く	七夕かざりづくり 短冊や七夕かざりを 作ってプラザに飾ろう。	対象/どなたでも ※材料がなくなり次第終了
7月12日(火)	9:30～ 11:00 ※受付終了時間 10:30	赤ちゃん広場 体重測定や助産師に発 育相談ができます。	対象/0歳～18か月、 出産予定の人 定員/先着10組 持ち物/母子手帳、バスタオル
7月17日(日)	① 10:00～ 11:00 ② 15:30～ 16:30	プラザフォトスポット 家族や友達同士で写真 をとろう。	対象/どなたでも 定員/1回につき 1グループ5名まで
7月23日(土)	10:30～ 11:00	えほんのひろば おはなしとわらべうた であそびましょう。	対象/どなたでも 定員/当日先着10名

※新型コロナウイルス感染症対策のため、運営内容を変更する場合があります。開館状況、イベント実施状況など詳しくは、ホームページをご覧ください。電話でもお問合せください。

◇問合せ こども子育て交流プラザ TEL330-5020 FAX334-0606
四日市市東新町26番32号 橋北交流会館4階
ホームページアドレス: <http://cocoplaza-yokkaichi.jp/>



固定資産税・都市計画税
(第2期)



納期限は
8月1日(月)です