

## 7月の公民館学級行事のお知らせ

- ☆くれよんバス 7月 1日(水) 9:30～七夕飾りをしよう！  
☆ママサークル 7月16日(木) 9:30～なんちゃってステンドグラス作り  
☆女性のつどい 7月29日(水) 9:00～足立美術館

☆成人大学・パインクラブ・DLクラブ 6月中の開講式後に決定します。



※例年行っておりました春の合同社会見学は中止にし、11月に1泊2日で実施予定です。お楽しみに！

今年度の「津田に七夕通りをつくろう」事業は中止となりましたが、7月1日～7日まで津田小学校、津田幼稚園で笹竹を規模を縮小して飾ります。公民館の玄関前にも笹竹を用意しますので、ぜひ短冊に願いを書いて飾りつけをして下さい！

## フードバンクしまね「あったか元気便」への寄付をお願いします

ご家庭に眠っている食品はありませんか？

フードバンクしまね「あったか元気便」は



給食のない学校の長期休み期間中（夏休み、冬休み、春休み）に、さまざまな事情で生活に困っている子どものいる家庭へ食糧支援と福祉情報を届ける取り組みを行っておられます。

食糧を届ける事だけでなく、ボランティアからのメッセージや様々な福祉情報を提供することで、利用世帯の地域の中での孤立を防ぐことを大きな目的としています。

この事業の利用世帯は、地域の中で生活する方々です。地域住民誰もが大変な時ではありますが、利用世帯も地域の一員であることを理解し、ともに支えあう意識を広げる目的でフードドライブ（食糧集め）に取り組みます。

**募集期間** 7月1日(水) から 31日(金) まで

**集荷場所** 公民館の窓口で平日 8:30～17:15 の時間に受け取ります

**対象品** 今回は食品だけを対象とし、品目も限定させていただきます。

お菓子・レトルト食品・乾麺・パスタ・缶詰・インスタント食品  
賞味期限は2か月以上あるもの

ご協力よろしく申し上げます！

# 感染症対策を取りながら、熱中症を予防しましょう

これから夏本番を迎え、気温がどんどん上がっていきます。今年は新型コロナウイルスの出現により、これまでとは異なる生活環境下で夏を迎えることとなります。十分な感染予防を行いながら、熱中症にも気を付けなければなりません。

新しい生活様式における熱中症予防行動のポイントを参考に熱中症予防にもこれまで以上に心掛けるようにしましょう。

## 令和2年度の熱中症予防行動

環境省  
厚生労働省  
令和2年5月

### 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

- 1 暑さを避けましょう**
  - ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
  - ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
  - ・暑い日や時間帯は無理をしない
  - ・涼しい服装にする
  - ・急に暑くなった日等は特に注意する
- 2 適宜マスクをはずしましょう**
  - ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
  - ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
  - ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を
- 3 こまめに水分補給しましょう**
  - ・のどが渇く前に水分補給
  - ・1日あたり1.2リットルを目安に
  - ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに
- 4 日頃から健康管理をしましょう**
  - ・日頃から体温測定、健康チェック
  - ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養
- 5 暑さに備えた体作りをしましょう**
  - ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
  - ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
  - ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



出典: 厚生労働省ホームページ [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_coronanettyuu.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html)

7月は“社会を明るくする運動”強調月間・再犯防止啓発月間

## 津田地区人権教育推進協議会よりお知らせ

津田公民館掲示板に常時、「人権啓発コーナー」があります。

幼稚園、小学校、中学校の先生や人推協の委員が年間を通して担当しています。各人それぞれの視点から人権について考え、記事を掲示しています。

公民館に来られた時は、このコーナーもぜひ覗いてみてください。思いがけない気づきが隠れているかもしれません。“一人の百歩より 百人の一步”人権意識を高めましょう！

## 津田地区更生保護女性会さん作製「ひまわりゴマ」があります

津田地区更生保護女性会18名の方が、新型コロナウイルスの感染予防の為に活動を自粛している中で、何かできることはないかと考えられて「ひまわりゴマ」を心を込めて折られました。

みなさんに喜んで使っていただければ、自由にお使いくださいといただきました。ありがとうございました！公民館ロビーにあります。



## 『踊って歌って楽しいかい』

みんなで楽しく体操をしよう！

日時 7月15日(水) 10:00~  
場所 津田公民館 交流ホール  
参加費 200円

みんなで集まって楽しく過ごしましょう！対策しながら以前のような活動を少しずつ再開していきたいと思えます。

## 津田地区社協からのお知らせ

### 健康ウォーキング教室

7月の健康ウォーキングは  
4日(土)、11日(土)、  
18日(土)、25日(土)です。  
※発着地は津田公民館で、9時スタートです。  
※帽子、タオル、飲み物をご持参下さい。  
※新型コロナウイルス感染状況によっては、中止する可能性があります。



## ♪カラオケで歌おうかい♪

開催について

7月より以下の感染防止対策を行った上で再開します。皆様のお越しをお待ちしています！

- ・机を離して距離を保ちます。
- ・歌うスペースにビニールのついたてを置きます。
- ・マイクにはカバーを付けて、毎回取り外して、消毒も行います。

日時 7月21日(火)  
9:30~12:00  
場所 津田公民館 大会議室  
参加費 150円  
ペットボトルのお茶とお菓子付き



※体調の悪い方はご遠慮下さい。  
マスクをご着用ください。

## ボランティア喫茶からのお知らせ



7月のボランティア喫茶は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止することとなりました。

## だんだん夏踊り中止のお知らせ

今年度の「松江だんだん夏踊り」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止となりました。

## わいわいサロン (乳幼児健康相談)

7月のわいわいサロンは中止になりました。乳幼児の健康について相談したい方や、体重測定を希望される方は個別に対応しております。お気軽にお電話ください。



松江市健康推進課 TEL 60-8156  
津田地区担当保健師 林まで



# 7月 津田公民館行事予定表



	曜	行 事		曜	行 事
1	水	社会を明るくする運動月間 くれよんバス（七夕飾りをしよう!）	16	木	ママサークル（なんちゃってステンドグラス作り）
2	木		17	金	
3	金		18	土	健康ウォーキング
4	土	健康ウォーキング	19	日	
5	日		20	月	図書貸し出し
6	月	図書貸し出し	21	火	カラオケで歌おうかい
7	火		22	水	
8	水	七夕片づけ	23	木	〈海の日〉
9	木		24	金	〈スポーツの日〉
10	金		25	土	健康ウォーキング
11	土	健康ウォーキング	26	日	津田地区町自連会長会
12	日		27	月	図書貸し出し
13	月	図書貸し出し	28	火	
14	火		29	水	女性のつどい（足立美術館）
15	水	踊って歌って楽しいかい	30	木	
			31	金	



## 児童図書室からのお知らせ

7月の図書貸し出し日は（毎週月曜日）

**6日・13日・20日・27日**



13:30～16:30です。

毎週月曜日の午後は、図書館へ

## 香典返し御礼

三成 直子 様（東津田町）

（故人 三成 和男 様）

勝部 洋子 様（東津田町）

（故人 勝部 定義 様）

故人のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

ありがとうございました。

## 公民館よりお知らせ・お願い

- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定していた事業の延期や中止をすることがあります。あらかじめご了承ください
- 公民館事業での写真をたよりやホームページ等に掲載させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。ご協力よろしくお願ひします。