



7/11 (木)

13:30~15:00

生きがい講座

伝統工芸の 日永 づくり体験！



夏の風物詩 うちわづくりに挑戦してみませんか？

- 場 所 橋北地区市民センター 2階 会議室
- 材料費 700円
- 定 員 20名
- 持ち物 手ふき用タオル
- 講 師 稲垣 嘉英さん ((株)稲藤)
- 申込み 6月17日(月)から受付します。橋北地区市民センター
TEL 331-3787 (定員になり次第締め切ります)



敬老行事の実施について



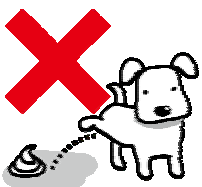
橋北地区では、毎年、9月の敬老の日前後に、高齢者を敬愛し、長寿を祝うことを目的に自治会や社会福祉協議会により敬老行事が実施されております。行事の実施にあたっては、実施団体が、行事の対象となる方へ案内等を配布する必要があるために、市に依頼して70歳以上の方の名簿(住所、氏名、生年月日、性別を記載)を閲覧させていただき、対象の方には、もれなく案内させていただくようにしています。

つきましては、名簿から得た情報については、この敬老行事にのみ使用し、秘密保持の厳守を徹底いたしますので、敬老行事が円滑に実施できますよう、皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

なお、名簿に名前等を載せたくない方は、誠にお手数ですが、6月28日(金)までに介護・高齢福祉課(電話354-8425)へご連絡をいただくようお願いいたします。その場合、お名前等が名簿に載りませんので、敬老行事の案内や敬老記念品をお届けできませんのでご了承ください。

また、昨年までに連絡をした人は、改めて連絡していただく必要はありません。

犬の糞尿禁止



散歩中のふんの始末は飼い主の義務です。必ず持ち帰りましょう。



(木)

認知症予防教室

只今
申込み受付中



13:30~16:30

昨年度に引き続き、今年度も定期的実施することになりました。認知症予防対策として、手先と頭を使ったゲーム感覚の「健康マージャン」です。初心者でも女性でも気軽に参加できる楽しいサロンマージャンです。



前回参加の方もお待ちしています。

- 場 所 橋北地区市民センター 2階 会議室
- 定 員 20名(先着順、定員になり次第締め切ります)
- 対 象 概ね60歳以上の方
- 参加費 無料
- 申込み・問い合わせ先 橋北地区市民センター TEL 331-3787

自転車を正しく乗りましょう!

自転車は、車両であることを再認識して交通ルールやマナーを守って安全に走行しましょう。

自転車安全利用五則

- 1、自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2、車道は左側を通行
- 3、歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4、安全ルールを守る
 - 飲酒運転、二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・並進の禁止
- 5、子どもはヘルメットを着用
 - 13歳未満の子どもにはヘルメットを着用させましょう。



〔四日市南警察署〕



金

6月の自動車文庫

橋北地区市民センター	10:00~10:40
滝川公園北駐車場	10:50~11:20

熱中症を予防して元気な夏を！



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。
熱中症を知って、しっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう！



熱中症とは？

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。
家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

熱中症の分類と対処方法



こんな時はためらわずに救急車を呼びましょう



- 自分で水が飲めなかったり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合はためらわずに救急車を呼んでください
- 意識がない（おかしい）、全身のけいれんがあるなどの症状を発見された方は、ためらわずに救急車を呼んでください

※消防庁で作成した「救急車利用マニュアル」も合わせてご覧ください
消防庁HP「<http://www.fdma.go.jp/>」の右側の「救急車利用マニュアル」をクリック

四日市市消防本部 消防救急課救急救命室 TEL356-2006