



## 小山在宅介護支援センター 電話 5749-7288

■三徳会 介護者教室 なるほど！介護に役立つ「認知症の人の感じ方・考え方」

認知症の方は物事をどうとらえて考えているのかを知り介護に役立てていきましょう！

認知症の専門医である品川認知症疾患医療センター・荏原中延クリニック院長 酒井隆先生が事例も交えて「なるほど！」と思う話をさせていただきます。

<日時> 平成28年7月16日(土) 午前10時～11時30分

<場所> 平塚橋ゆうゆうプラザ(品川区西中延1-2-8)

<講師> 品川認知症疾患医療センター 荏原中延クリニック 酒井隆院長

<定員> 50名(先着) <費用> 無料

<締切> 7月15日(金)

<申込先> 戸越台在宅介護支援センター 5750-1053

※申し込み時に、氏名・住所・電話番号をお伝えください。

## リサイクルショップ「リボン」旗の台店 電話 5498-7803

■「婦人紳士バッグ」特集 「帽子、傘、サングラス」特集

7/22(金)～26(火) 13:00～16:00 1Fカウンター

特別企画として委託品の大量集と販売会を開催します。※期間中1人1回10点まで 予約不要です。

■再生自転車「売り出し」 7/28(木) 11:00～19:00 1F店頭

月1回の恒例の販売会です。朝9:30頃から整理券を配布します。1人1台限定。

・ギア無 6,975円(税込価格 防犯登録料含む)・ギア付 8,975円(税込価格 防犯登録料含む)

■100円均一処分セール 毎週金曜日 11:00～19:00 1F店頭

衣料品、雑貨などすべて100円で大処分します。



## 旗の台児童センター 電話 3785-1280

■おもちゃで遊ぼう 毎週水曜日 10:30～11:45 旗の台児童センター

ボールプールやミニジャングルジムなどのおもちゃを使って楽しく遊みましょう！

対象：乳幼児親子 ※申し込み不要

■オー！あそびタイム 毎週水曜日 14:00～16:00 旗の台文化センタースポーツ室

広いスポーツ室で、バスケットボール、バトミントン、バレーボール、鬼ごっこなど思い切り体を動かして遊べます。

対象：小中高校生 ※申し込み不要

■パパママプラザ 7/9(土) 10:00～13:30 旗の台児童センター

パパを含めたママと家族が対象です。パパはクッキング、ママはローズウインドウ作り。家族でご飯を食べた後には美味しいコーヒーの淹れ方を学びます。

※参加費：一家族850円 ※6/15～申込み開始 ※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

■親子でクッキング 7/22(金) 10:30～13:00 旗の台児童センター

親子で楽しく調理します。親子で参加してください。

※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

■荏原第2地区ふるさとまつり 7/24(日) 12:00～17:00 清水台小学校

区民祭りでのゲームコーナー出店

※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

■あそびのオリンピック 7/27(水)14:00～16:00 旗の台文化センタースポーツ室

文化センターのスポーツ室で、バレーボールやブラズマカーレースなど、身体を動かして遊んじゃおう！！

■チャレンジクッキング 7/28(木)10:00～13:00 旗の台児童センター

小学生対象のクッキング。ランチをみんなで楽しく作って食べよう！ ※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

■デイキャンプ 7/29(金)9:30～14:00 平和の森公園キャンプ場

平和の森公園キャンプ場でアウトドアクッキングを楽しもう。食べた後はみんなで大きな広場で遊んじゃおう！

※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

■親子サマークラブ 7/30(土)10:30～12:00

パパと子で工作を楽しもう！ ※詳細はセンターのお知らせをご覧ください。

## 荏原消防署旗の台出張所 電話 3783-0119

■熱中症を予防しましょう！

毎年、多数の方が熱中症で病院に搬送されているため、昨年より早い時期から熱中症に対する注意喚起が行われました。しかし、7月から8月にかけて猛暑日が8日間連続となるなど、熱中症による救急搬送は、一昨年と比較すると1,000人以上も増加しました。そのうち半数以上は高齢者(65歳以上)であり、入院を必要とされる方の割合も5割以上と非常に高くなっています。

今年も猛暑が予想されることから、ご自身と周囲を含め、熱中症予防対策を行いましょ。

【熱中症対策】

①こまめに水分補給をしましょう。

スポーツや作業をしていると、水分補給を忘れがちになります。また、のどが渇いたからといって一度に大量の水分をとると、胃の動きが低下し、体調を崩してしまいます。こまめに水分を補給して、脱水を防ぎましょう。

②高温・多湿・直射日光を避けましょう。

熱中症の原因の一つが高温と多湿です。屋外では強い日差しを避け、屋内ではエアコンや扇風機を上手に活用して風通しを良くするなど、高温環境に長時間いないようにしましょう。

③暑さに備え体づくりをしましょう。

冷房に頼りすぎず、ウォーキングなど運動をすることで汗をかく習慣を身に付け、暑さに強い体を作りましょう。ご高齢の方や体力を消耗した時は、絶対に無理をせず、こまめに休憩しましょう。

最後になりますが、日頃から睡眠、休養、栄養を十分にとり、体調管理に努めてください。



## 心身障害者福祉会館

電話 5750-4996

■「朗読講習会」 8/24～10/26 毎週水曜日 全10回 13:30～15:30

視覚障害者にわかりやすく聴きやすい朗読の基礎。

場所：心身障害者福祉会館

対象：18歳以上で品川区内在住・在勤の方、ボランティア活動の意思のある方

費用：無料 定員：20人(抽選)

申込方法：8月8日(月)(必着)までに往復はがきに、講習会名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢を明記の上、下記までご郵送下さい。

〒142-0064 品川区旗の台5-2-2 ☎03-5750-4996 FAX:03-3782-3830

品川区立心身障害者福祉会館 障害者地域活動支援センター



## 清水台保育園 電話 3784-0519

■子育て体験 7/20(水) 10:00～11:00

お子さんの年齢のクラスに入ります。

■七夕集会 7/7(木) 9:50～11:00 ホール

七夕の由来を知り、歌ったりペープサートを見て楽しめます。

■ちびっこまつり 7/22(金) 午前の部・午後の部 保育園内

縁日ごっこ、盆踊りなど

