

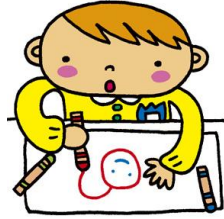
旗の台児童センター 電話 03-3785-1280 FAX 03-3785-1260

■「平井君の爆笑！遊び歌 Live」 7/13(金) 10:30~11:30 旗の台児童センター ホール
0・1・2歳児親子向けの遊び歌ライブです。歌って踊って笑って、親子で思いっきり楽しみましょう！
講師：シンガーソングライター 平井 敬人さん

■荏原第2地区 ふるさとまつり 7/22(日) 12:00~17:00 清水台小学校 体育館
児童センターからお店を出します。詳細は、児童センターのおしらせをご覧ください。

■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 ホール
ボールプールやミニジャングルジムなど、いろいろな遊具で遊びましょう。
(乳幼児親子対象 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 ホール
バトミントンやバスケットボールができます。
(小学生~中学生対象 申し込み不要)



荏原消防署旗の台出張所 電話 03-3783-0119 FAX 03-3788-1478

■熱中症を予防しましょう！
毎年、多くの方が熱中症で病院に搬送されています。昨年も早い時期から熱中症に対する注意喚起が行われました。また、熱中症による救急搬送は、約半数が高齢者（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。
暑い時は、目に見えなくても多量の発汗により水分を失っています。喉の渇きを感じる前に、こまめに水分を補給することが必要です。体を動かしている時は、15分~20分おきには休憩をとり、水分補給をしましょう。
 - 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 服装に気を付けましょう。
吸水性や速乾性に優れている通気性のいい素材を選ぶようにしましょう。体を締め付けすぎないように気を付け熱を逃がす工夫をしましょう。淡い色の方が暑さを吸収しにくいので、白などの色を選ぶようにして、帽子や日傘で日差しを遮るようにしましょう。
 - ④ 運動時は計画的な休憩をしましょう。
学校での体育祭の練習、部活動や試合中など集団スポーツ中に熱中症が発生していることから、実施する人はもちろんのこと、特に指導者等は熱中症について理解して、計画的な休憩や水分補給など、熱中症を予防するために配慮しましょう。

旗の台文化センター

電話 03-3786-5191 FAX 03-5702-2846
今月号のお知らせはございません。

小山在宅介護支援センター

電話 03-3786-5191 FAX 03-5702-2846
今月号のお知らせはございません。

**熱中症
予防**



**福祉ショップ「テルベ」出張販売
~ふるさとまつり~**



身近なふくしの相談窓口、支え愛・ほっとステーションは、「ふるさとまつり」の会場において福祉ショップ『テルベ』（品川区社会福祉協議会運営）の出張販売をいたします。

障害者の方が、自立を目指してひとつひとつ丹精こめて作った手作りの生活雑貨や、オリジナル工芸品を中心に販売いたします。

ちょっとしたプレゼントや便利グッズを探しに、ぜひお立ち寄り下さい。
ご来場をお待ちしております！！

日時：平成30年7月 22日（日）12:00~

会場：「ふるさとまつり」清水台小学校グラウンド

※当日は“支え愛・ほっとステーション”のぼり旗が目印です！！

**支え愛・ほっとステーション：電話 03-6426-4110
FAX 03-3782-2511**

お気軽に上記電話番号までお問い合わせください。



心身障害者福祉会館 電話 03-3781-4841 FAX 03-3781-4838

■「朗読講習会」
視覚障害者にわかりやすく聴きやすい朗読の基礎を学びます。
日時／平成30年8月29日~10月31日 毎週水曜日 全10回 13:30~15:30
場所／心身障害者福祉会館
定員／20人（抽選）
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 テキスト代／650円程度
申込方法／8月13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、下記までご郵送ください。



〒142-0064 品川区旗の台5-2-2
電話：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

