

第1回研修広報委員会を開催

5月26日午前10時からコミュニティセンター城里で開催した。今年度の定期スキルアップ研修会を協議し、第1回を6月30日「災害図上訓練DIG」、第2回を8月11日「避難所運営ゲーム研修HUG」終了後、会員間の親睦を図るためBBQ、第3回は11月中に火災予防研修会を予定し、研修会の日程等を調整した。次に会報発行のあり方について協議し、原則年4回発行し、会員全員参加で会報を作成することとなった。

自主防災会のあり方について……「大門自主防災会等推進委員長」

本年元旦に発生した能登半島地震におけるニュースが多々報じられています。改めて「地域防災計画」に対する意識が大事になりました。災害はいつでもどこでも起こり得るものです。故に私たちすべての人々の安心安全に関わってきます。災害に強い地域を作るには「災害防災」を「自分ごと」と受け止めること。一人一人の意識革命をしていく以外にはありません。

豆知識コーナー ～熱中症～



温度や湿度が高い中で、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、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害をおこす症状のことです。家の中でじっとしていても室温や湿度が高いため、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

予防対策

- ◎ 部屋の温度をこまめにチェック！（普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします）
- ◎ 室温 28℃を目安に、エアコンや扇風機を上手に使いましょう！
- ◎ のどが渇かなくてもこまめに水分補給！
- ◎ 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も！
- ◎ 無理をせず、適度に休憩を！
- ◎ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！

新入会員紹介コーナー

当会に加入されました新入会員の方をご紹介します。

下坪在住の神永早苗さんです。仕事は週4回訪問看護としてご活躍されています。また、趣味につきましては、エコクラフトを作成するなど手先が器用な方です。今後とも地域防災の普及啓発活動を楽しく推進していきましょう。よろしくお祈いします。



作成したエコクラフト

～防災活動等にご賛同頂けます方をお待ちしております～

ご要望・ご意見・活動報告等お気軽にお寄せ下さい。

会員皆様の活動報告等を積極的にお寄せ下さい。文量は、300～400字位にまとめて、FAXやメール等でお寄せ下さい。送信先や当会報はじめ各種のお問い合わせは、下記の問合せ・連絡先へお願い致します。

問合せ・送信先 事務局長 **中尾 真一郎** 携帯電話 090-5414-2836
電 話 029-288-7847 (FAX)
E-mail nskk.2030.bobora@gol.com