

## 全国大会出場おめでとうございます

5月28日(土)～29日(日)に、廿日市市総合スポーツセンターサンチェリーで行われた「第75回広島県高等学校総合体育大会空手道」で、広島国際学院高等学校1年佐々木絵梨さん(スポーツ少年団拳志キッズ・呉地)が女子団体組手で優勝されました。この結果により、8月17日(水)～20日(土)に愛媛県の伊予三島運動公園体育館で開催される「第49回全国高等学校空手道選手権大会」に出場されます。



佐々木絵梨さん▶

## 第21回自治会親善 グラウンド・ゴルフ大会結果 呉地自治会優勝

自治会相互の交流・親睦と地域スポーツの振興を目的とした町内自治会親善グラウンド・ゴルフ大会が、5月29日(日)に町民グラウンドで開催されました。町内14自治会からの選手244人が楽しくプレーし、日ごろ磨いた腕を競い合いました。

順位	自治会
1	呉地
2	平谷
3	中溝
4	初神
5	出来庭
6	城之堀



## みんなで学ぼう！ 防災落語&防災講座

▷開催日・7月26日(火)  
▷入場料・無料  
▷内 容・第1部 防災講座  
「台風シーズンに備えて」  
熊野町長 三村裕史ほか

第2部 防災落語  
「落語で学ぶ 地域の防災」  
落語家 ジャンボ衣笠



### ジャンボ衣笠さん

呉信用金庫に勤務する傍ら38歳の時にお客さんとの年金旅行に添乗し小唄がうけたのがきっかけで落語の道に入る。今では「広島弁爆笑落語」で広島県内外のイベント、自治会、老人会、お寺、学校、病院など年約200か所に招かれ出演している。

### ▷開催場所

熊野西防災交流センター	熊野東防災交流センター
時10:00～11:30 定80人 申熊野西防災交流センターで先着順に受付 問熊野西防災交流センター (熊野町神田15番4号) ☎854-1673 ☎854-6199	時14:00～15:30 定40人 申熊野東防災交流センターで先着順に受付 問熊野東防災交流センター (熊野町初神三丁目11番13号) ☎854-4138 ☎854-3389

## 7月11日(月)～20日(水)は、広島県夏の交通安全運動が行われます

この時期は、夏の解放感に加え、暑さからの疲労などにより、交通事故の多発が懸念されます。交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故を防止しましょう。

### 夏の交通安全運動の重点

- (1) 歩行者の安全な通行の確保 (2) 高齢運転者の交通事故防止  
(3) 飲酒運転などの根絶 (4) 自転車の安全利用の推進

(防災安全課)



## 熱中症予防×コロナ感染防止で夏も健康に

熱中症は気温や湿度などの環境条件だけではなく、体調や暑さに慣れていないことが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い日や風が弱い日、寝不足などでいつもと体の状態が違う時は注意が必要です。特に高齢者、子ども、障がい者は体の水分が失われやすく、熱中症になりやすいので注意しましょう。

### <熱中症を引き起こす要因>

環境	<input type="checkbox"/> 気温が高い <input type="checkbox"/> 湿度が高い <input type="checkbox"/> 風が弱い <input type="checkbox"/> 日差しが強い <input type="checkbox"/> 締め切った室内 <input type="checkbox"/> エアコンがない <input type="checkbox"/> 急に暑くなった日 <input type="checkbox"/> 熱波の襲来
からだ	<input type="checkbox"/> 脱水状態(下痢、発熱時など) <input type="checkbox"/> 体調不良(寝不足など) <input type="checkbox"/> 栄養不足(朝ごはんを食べていない) <input type="checkbox"/> 持病(糖尿病など)
行動	<input type="checkbox"/> 水分補給がしにくい <input type="checkbox"/> 食事の欠食、不規則な食事時間 <input type="checkbox"/> 激しい運動 <input type="checkbox"/> 慣れない運動 <input type="checkbox"/> 長時間の野外作業



### <熱中症を疑う症状>

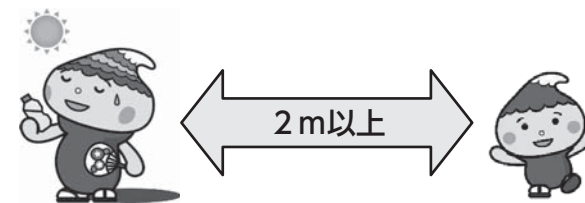
重	意識がない けいれん 高い体温である 呼びかけに対し返事がおかしい まっすぐに歩けない、走れない
中	頭痛 吐き気 体がだるい(倦怠感) 力はいらない(虚脱感)
軽	めまい 立ちくらみ 筋肉痛 汗がとまらない



### ○屋外でのマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

熱中症を防ぐために屋外では適切にマスクをはずしましょう。

例) 目安として人と2メートル以上(十分な距離)離れているとき。  
距離が取れなくても会話をほとんどしないとき。



また、マスク着用時は「激しい運動を避ける」「のどが乾いていなくてもこまめに水分補給をする」など、熱中症にならないように気をつけましょう。気温や湿度が高い時は注意が必要です。

### ○周囲からの積極的な声かけも予防につながります

周囲から水分補給や日陰での休息などを呼びかけることも熱中症予防につながります。

水を飲みましょう

今日の体調どんな？

ちょっと座りんさい

日陰に入りんさい

### <関連情報>

○厚労省  
「マスク着用について」



「新型コロナウイルス感染症について」



○環境省  
「熱中症予防情報サイト」



問健康推進課☎820-5637