

地区だより

…………… 令和2年7月1日発行

# しみず

<地区人口と世帯数>

男 17,430人 女 18,235人  
計 35,665人  
世帯数：15,152世帯  
(6月1日現在)

2020

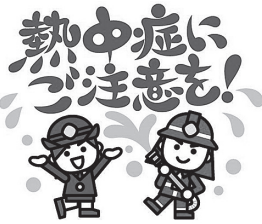
7月号

【編集発行】

福島市役所清水支所  
〒960-8253 福島市泉字大仏4番地の3  
☎557-2388 ㊚555-2209

## 清水支所からのお知らせ

### ～熱中症に注意しましょう～



7月は熱中症が急増する時季でもあります。熱中症は気温や湿度が高いなどの環境下で、体内に熱がこもってしまうことで起こります。屋外では日陰などで暑さを避け、衣服は通気性のよいものを着て、屋内ではエアコンや扇風機を適切に使い、こまめに水分を補給することが大切です。

子供さんや高齢者、病気の方などは、特に熱中症になりやすくなりますので、十分注意が必要です。

福島消防署清水分署 ☎557-5415

## 感染予防のため「新しい生活様式」を生活に取り入れましょう！

### 〈感染予防の基本〉

#### ①手洗いを徹底しましょう

- ・石けんで30秒かけて丁寧に
- ・こまめに洗いましょう



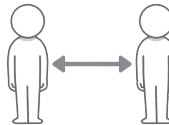
#### ②マスクを着用しましょう

- ・外出時(人混み・人と接する時)や会話時は、症状がなくても着用しましょう



#### ③人との距離をとりましょう

- ・飛沫感染を防止するため、できるだけ2m空けましょう
- ・真正面を避けましょう



#### ④こまめに換気をしましょう

- ・30分に1回以上、数分程度、空気を入れ替えましょう
- ・密閉空間は感染リスクが高まります



※夏の気温・湿度の高い時期のマスク着用は、熱中症のリスクが高くなります。

1. 暑さを避けましょう。(部屋の温度を調整、暑い日や時間帯は無理しない)
2. 屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合は、マスクを外しましょう。
3. こまめに水分補給をしましょう。(のどが渇く前に水分補給)
4. 日頃から健康管理をしましょう。(体調が悪いと感じた時は無理せず自宅で静養)

感染予防のための健康づくりなどご相談ください。

福島市保健所 健康推進課 地域保健第二係 ☎024-572-3120 FAX 024-525-5701

## 夏の交通事故防止市民総ぐるみ運動

令和2年7月16日(木)から7月25日(土)までの10日間、「夏の交通事故防止市民総ぐるみ運動」が実施されます。

市民一人ひとりの交通安全意識を高め、地域の皆さまも事故に遭わないよう、起こさないよう注意して安全運転に努めましょう。

## 厚生労働大臣特別表彰

今回退任された民生委員で15年以上在職された方々が、表彰されました。

皆様、たいへんお世話になりました。

濱名瑠美子 様 阿部 和子 様 安齋 吉弘 様  
白坂 圭子 様 岩本 行平 様 西坂 信弘 様

## ◇ 街路灯の電球切れを見つけたら？ ◇

街路灯の電球切れなどにお気づきの方は「街路灯番号」を清水支所にお知らせください。

電柱に取り付けてある福島市街路灯プレートの「5」で始まる番号です。

福島市街路灯  
5-〇〇〇〇

# 清水学習センターからのお知らせ

新型コロナウイルス感染防止のため中止、延期となる場合がありますので、ご了承ください。

## みんな～あつまれ～ キッズクッキング～



お友達をさそって参加してね。

- 日時 8月9日(日) 午前9時30分～12時30分
- テーマ 楽しいうどんづくり
- 場所 清水学習センター本館 実習室
- 講師 栄養士 齋藤 麗子 先生
- 対象 小学校3年～6年生 16名(先着順)
- 参加費 500円
- 持参物 エプロン、三角巾、マスク、参加費
- 申込み 7月1日(水)から7月20日(月)までに清水学習センター窓口へ直接またはお電話(☎557-7400)でお申込みください。

### 市民学校

## 汗をかこう! パドミントン講座

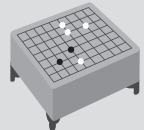
バドミントンで運動しませんか?  
初めての方も気軽にご参加ください。



- 日時 7月19日(日)  
9:00～12:00
- 場所 清水学習センター本館 多目的ホール
- 対象 市内在住・在勤の概ね18歳以上45歳位までの方
- 参加費 300円(保険料、飲み物代)
- 持ち物 運動できる服装、タオル、ラケット
- 定員 15名(先着順)  
※定員になり次第締め切ります。
- 申込み 7月10日(金)までに清水学習センター窓口へ直接またはお電話(☎557-7400)でお申込みください。電話は9:00から受け付けます。

## 清水囲碁講座を開催します!

囲碁を始めたいと思っている方や初級者の方を対象(小学生から大人までOK)にした参加費無料の囲碁講座を開催します。棋力に応じて会員が指導します。



- 日時 第1回: 7月18日(土)  
第2回: 7月25日(土)  
第3回: 8月1日(土)  
午前9時30分から11時30分
- 場所 清水学習センター分館(南沢又字柳清水 8-1)
- 主催 清水囲碁愛好会 ○料金 無料
- 申込み 7月1日(水)から7月17日(金)までに清水囲碁愛好会事務局または清水学習センター分館(火曜日を除く。)へお申込みください。
- 問合せ 清水囲碁愛好会 会長 佐藤(☎558-7015)

### 新型コロナウイルスに負けない!

## 福島エール川柳を募集します!

皆さんのエールを五・七・五の川柳で募集します。

お題 「新型コロナウイルスに負けないメッセージ」  
「頑張っているあの人への応援エール」

- 申込方法 ①応募用紙に記入の上、各学習センター窓口へ持参  
②郵送 ③メール  
④FAX(024-533-7592 中央学習センター)

応募締切 8月31日(月)まで  
詳しくは、右のQRコードよりご覧ください。



## 子どもたちのためのマスクづくり

「地域でマスクをつくって、学校応援プロジェクト」で4～5月に地域の皆様に作成いただきましたマスクは5月15日～20日にかけて北沢又小・森合小・清水小・御山小・清水中に贈呈しました。  
ご協力いただき、ありがとうございました。

## 7月の行事予定

- ☆遊びの広場  
12日(日) 開講式
- ☆しみず女性スクール(午前コース)  
22日(水) 内容は未定
- ☆しみず女性スクール(夜間コース)  
15日(水) 内容は未定
- ☆すくすく・のびのび親子広場  
2日(水) リトミック①
- ☆不老の広場  
15日(水) 開講式・講話
- ☆生きがい広場  
1日(水) ストレッチ・ヨガを楽しもう
- ☆豊かなセカンドライフ講座  
2日(水) 料理教室②  
30日(水) 陶芸教室③

## 『こわいおはなし』のコーナーができました

清水学習センターの図書室では、お化けや妖怪が登場する暑い夏にぴったりの絵本・読み物を集めました。

また、読書感想文におすすめの本もご用意しています。ぜひ、ご利用ください。

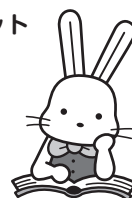


## お知らせ

清水学習センター  
8月分使用受付開始日  
**7月10日(金)**  
午前9時より  
受付いたします

### 図書室からのお知らせ

- ★おひざにだっこのおはなし会
  - ★おはなしポケット
- は中止とします。



### 移動図書館 しのぶ号



- 7月1日(水)
- 森合小学校 10:00～10:30
  - 清水小学校 13:00～13:40
  - 松北町会館 13:50～14:20
  - 北沢又集会所 14:30～14:50
  - 南沢又集会所 15:05～15:25