

地区だより ..... 令和2年8月1日発行

# とうぶ

<地区人口と世帯数>

男 5,475人 女 5,840人  
計 11,315人  
世帯数: 4,399世帯  
(7月1日現在)

2020

8月号

## 東部支所からのお知らせ

【編集発行】

福島市役所東部支所  
〒960-8204 福島市岡部字高畑46番地  
☎534-2471 ㊟528-2485

## 熱中症は予防が大事！

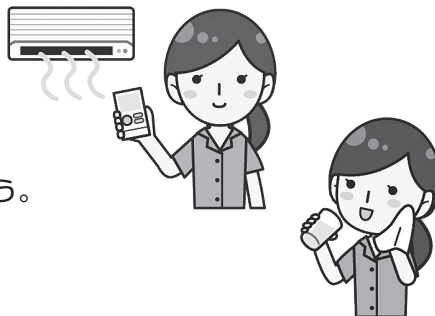
### 熱中症とは

室温や気温が高い中で、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。

楽しい夏を過ごすため、熱中症を知ってしっかり予防しましょう。

### 熱中症予防のポイント

- のどが渇く前に水分補給！
  - ・のどの渇きを感じなくても、こまめに水分をとりましょう。
- 部屋の温度はこまめにチェック！
  - ・普段過ごす部屋には、温度計を置くことをおすすめします。
  - ・室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を使いましょう。
- 外出の際は、体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策！
- 無理をせず、適度に休憩！
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくり！



### マスク着用時

- マスクは飛沫の拡散予防に有効ですが、着用していない場合と比べると、身体に負担がかかることがあります。
- 屋外で人と十分な距離(少なくとも2メートル以上)が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。
  - 強い負荷のかかる作業や運動は避け、水分補給を心がけましょう。

■お問い合わせ 福島消防署 ☎534-9105

## 社会福祉協議会特別会員の募集

～社協会費が地域の福祉活動を支えています～

社会福祉協議会東部協議会では、社協「一般会員会費」「特別会員会費」を財源として毎年、高齢者との昼食会、地区敬老会などを行っています。

地域福祉活動の充実のため「特別会員」(年会費1口1,000円)の継続・新規加入について、皆様のご協力をお願いします。

なお、今年度の「ひとり暮らし高齢者昼食会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のために中止しました。

■お問い合わせ 社会福祉協議会東部協議会(東部支所内) ☎534-2471

## STOP!! 不法投棄

不法投棄は「しない!」「させない!」「許さない!」

福島市では、廃棄物の不法投棄をなくし、皆様が生活しやすい環境をつくるため、パトロールや不法投棄防止看板の設置等を行っています。

誰かが不法投棄している姿を見かけたときは、すぐに下記連絡先へ通報してください。

### 注意点

不法投棄している者に直接注意する、無理に写真撮影するなど、身に危険が及ぶおそれのある行動はとらないようにしてください。

■連絡先 福島市役所廃棄物対策課 ☎529-5266  
福島市役所東部支所 ☎534-2471



## もちずり学習センターからのお知らせ

【編集】福島市もちずり学習センター  
〒960-8204 福島市岡部字高畑46番地  
☎534-2470 ㊟534-2473

新型コロナウイルスの感染拡大予防の観点から、  
主催講座を延期又は中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

### 徐々に活動を再開しています

6月より 少年教室「いきいきふれあい広場」  
「ジュニアリーダー教室」  
家庭学級「ひよこの広場」  
7月より 女性学級「もちずりレディース」  
高齢者学級「ゆうゆうセミナー」  
9月より 高齢者学級「ことぶき大学」



の活動が行われます。

### 夏休み学習室解放

市立小中学校の夏休み期間中(8/8～8/23)、学習センターは火曜日も開館しています。

また、学習部屋として空いている部屋を貸し出しています。

□時 間 午前9時～午後5時30分(随時)

□申込み 学習センター窓口で当日受付

## もちずり女性講座／大波地区女性講座

### もちずり女性講座【夏バテ防止の健康体操】

- 講 師 快フィットネス研究所 丹治 美晶 先生
- 日 時 8月20日(木) 午前10時から11時30分(実技1時間+質疑)
- 場 所 2階ホール ■参加費 100円(保険料等)
- 持ち物 飲み物、タオル、マスク着用
- 対象者 もちずり地区在住か勤務の一般女性
- 定 員 20名(先着順)
- 申 込 8月1日(土)午前9時よりもちずり学習センター窓口へ  
申込ください。



### 大波地区女性講座【椅子(チェア)ヨガ教室】

- 講 師 椅子ヨガ指導者 齋藤 裕子 先生
- 日 時 8月29日(土) 午前10時から11時00分
- 場 所 大波多目的集会所 ■参加費 100円(保険料等)
- 対象者 大波地区在住の一般女性
- 持ち物 飲み物、タオル、マスク着用
- 定 員 18名(先着順)
- 申 込 8月5日(水)午前9時よりもちずり学習センター窓口へ  
申込ください。



### 【夏休み特別企画】 身近なもので簡単工作

<小学生向け>

- 日 時 8月17日(月)～19日(水)  
10時～11時
- 場 所 もちずり学習センターの空き部屋
- 参加費 200円(材料費、保険料等)
- 申込み 学習センター窓口で当日、受付します。
- 内 容 下記の内容から希望のものを選択して行います。
  - ・オリジナルハガキづくり  
材料は紙パック!?紙をつかって、  
たたき染めの体験をします。
  - ・空飛ぶタネづくり  
低学年向け、高学年向けで行います。
  - ・バスボムづくり  
混ぜて乾かすだけで簡単に作ります。
- その他
  - ①人数が多い場合は、時間を調整しながら行います。
  - ②材料がなくなり次第、締め切ります。



### 緑のカーテン実施中!

学習センターでは緑のカーテン事業の一環で、正面入口の自転車置場から2階にかけアサガオ、風船かずらなどを植栽しました。徐々に鮮やかで涼しいカーテンが出来上がってきています。ぜひ、ご来館の際はご覧ください!



7月2日撮影

### 図書室だより

小中学校の夏休み期間中(8/8(土)～8/21(金))は、毎日開館いたします。この期間中は、本の貸出も9時から開始します!また、読書感想文や自由研究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!

図書室主催のイベント、おはなし会は、当面休止とさせていただきます。再開時は、改めてお知らせいたしますので、今後ともよろしくお願いいたします。

### 移動図書館 しのぶ号

8月のしのぶ号は  
お休みです。

### 9月の使用申請の受付日について

8月12日(水)

9時から受付を開始いたします。  
(他学習センターで10日・11日が休館日  
と重なるため受付日変更となります)

## もちずり文芸

▽俳句

坂野 洋三選

収穫を終へし一日や著我が花

伊藤とし子

梅雨晴や千の鏡の千枚田

白井とみ子

近衛邸坂道ゆけば額の花

富田 良子

十葉の匂ひ満ちくる夕間暮

早坂いち子

木洩れ日の光が運ぶ初夏の風

武田三枝子