

熱中症を予防しましょう

～熱中症予防策～

- ・暑さを避ける（涼しい服装、帽子や日傘の利用、日陰の利用）
- ・こまめな水分補給（1日1.2Lを目安に）
- ・エアコンを上手く利用
- ・日頃から暑さに備えた体力づくりと体調管理を
- ・熱中症警戒アラート発表時は外出を控える、外での運動は原則中止/延期する

★新型コロナウイルス感染症対策中であっても、夏場は熱中症予防観点から、「屋外で人と2m以上（十分な距離）離れている時は、マスクを外すこと」が勧奨されています。

【問合せ】健康づくり課 ☎ 354-8291

気温が高い	湿度が高い
こんな日は、 熱中症に注意！	
風が弱い	急に暑くなった



地域行事等における事故にご注意ください

毎年、夏から秋にかけて、清掃活動などの地域行事が盛んに行われる中、以下のような事故が多数発生しておりますので、ご注意ください。



- 自治会の除草作業でハチに刺された
- 鎌で手を切るケガをした
- 草刈り機で石を跳ねて近くの車両を破損させた
- 地区運動会で転倒しケガをした
- 町内夏祭りの片付けでやぐらから転落してケガをした

本市では、地域活動中の事故等に対応するため、市民活動総合保険に加入しています。万が一事故が発生した場合は、下記の担当までご相談ください。

【問合せ】市民協働安全課 ☎ 354-8179 FAX 354-8316

★ 7月22日は 四日市市献血推進の日 ★

夏場は献血者が減少し、輸血用血液が不足しがちです。

献血は命をつなぐボランティアです。皆様のご理解とご協力をお願いします。

【対象者】16～69歳の健康な人（65歳以上は60～64歳の間に献血経験のある人）

【時間】《成分献血》10：00～11：00・13：00～17：00

《一般献血》10：00～11：45・13：00～17：30

【場所】四日市献血ルーム「サンセリテ」（トナリエ四日市5階）

【申込み】事前に、電話で、上記場所へ ☎ 0120-39-5863

【その他】服用している薬がわかるものをお持ちください。

詳しくは、三重県赤十字血液センターホームページ

<https://www.bs.jrc.or.jp/tkhr/mie/place/index.html>

【問合せ】保健予防課 ☎ 352-0590 FAX 351-3304



けんけつちゃん

グリーンカーテンフォトコンテスト作品募集

【対象】市内でグリーンカーテンに取り組んでいる個人・団体

【期間】7月1日（金）～8月31日（水）◆必着◆

【その他】参加賞・副賞あり。表彰は12月ごろを予定。

【申込み】応募用紙・グリーンカーテンの写真を、郵送かEメールで。
または、直接 〒510-8601 環境政策課（市役所5階）へ
E-mail: kankyouseisaku@city.yokkaichi.mie.jp

【問合せ】環境政策課 ☎ 354-8188 FAX 354-4412



「まっちゃんの子育て無料相談」を開催します！

乳幼児期から高校、大学までの子育てに関する疑問や悩みごとをはじめ、発達障害や不登校、引きこもりなどの相談を **事前予約制（7月25日（月）締め切り）** で受け付けます。

詳しくは、直接、下記連絡先へお問い合わせください。

【日時】7月31日（日）9：00～12：00

【場所】富洲原地区市民センター1階 和室

まつなが たかひろ

【相談員】松永 高弘さん（クペリ代表理事・所長、あおい幼稚園園長）

【主催】一般社団法人子ども子育て・教育研究所（クペリ）

【後援】公益財団法人ささえあいのまち創造基金
くさえあい基金の寄付で運用しています

【連絡先】☎090-9184-7088 E-mail: info@cperi.net

※感染症拡大の状況により中止することもありますのでご了承ください。

一人で抱えずに不安を話してください！



クペリHP
QRコード



「子どもをまもるいえ」についてのお願い

各地域でPTAや青少年育成関係団体等の推進団体が、「子どもをまもるいえ」の設置を推進しています。これは、子どもの登下校時や放課後において「痴漢」「連れ去り」「付きまとい」などの行為による被害を未然に防ぎ、子どもを一時的に保護し、警察や学校などへ通報していただくことを目的としています。

また、ステッカーを家の前に貼っていただくことで、地域の犯罪を未然に防ぐという抑止効果も考えられます。

現在多くのご家庭にご協力いただいておりますが新たにご協力いただける方、事情によりご協力いただけなくなった方がございましたら、各地域の推進団体までご連絡願います。

富洲原地区の推進団体：富洲原地区青少年を守る会

【問合せ】青少年育成室 ☎ 354-8247

〇157などの腸管出血性大腸菌感染症に注意しましょう

毎年、初夏～秋は、腸管出血性大腸菌感染症が発生しやすい時期です。

腸管出血性大腸菌は感染力がとても強い菌です。

抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は症状が重くなる傾向にあるため、特に注意が必要です。

■症状：腹痛・水様性の下痢などの他、血便がみられることもあります。

※潜伏期間はおよそ3～8日

■感染経路：菌の付いた食物を食べたり、手に付いた菌がおもちゃや

タオルなどを介して口に入ったりすることで感染します。

■予防方法：①こまめに手を洗いましょう。アルコール消毒薬も有効です。

②大腸菌は75℃以上で1分間加熱すると死滅します。調理の際は十分に加熱し、生肉や加熱不足の肉料理は食べないようにしましょう。

また、焼き肉を食べる時は、生肉を取る箸と食べる箸を分けて使いましょう。

③食品についた菌は、時間とともに増えるので、調理した食物はすぐに食べましょう。

【問合せ】保健予防課 ☎ 352-0595 衛生指導課 ☎ 352-0592 FAX 351-3304



とみすはら
富洲原なつやす
夏休みこ
子どもきょうしつ
教室もうこ でんわ
申し込みは電話のみがつ にちきん ごぜん じ ぷん うけつけかいし ていいん しだいし き
7月15日(金) 午前8時30分から受付開始。 定員になり次第締め切ります。もうこ とあ とみすはらちくしみん
【申し込み・問い合わせ】富洲原地区市民センター ☎ 365-1136

感染症対策のため、換気や「3密」の防止に配慮しながら開催します。
 すべて電話による事前申し込み制です。また、参加対象は富洲原地区にお住まい
 か富洲原小学校に在籍の児童と、その保護者の方とさせていただきます。
 当日は自宅での検温、マスクの着用をお願いします。
 発熱や咳症状が見られたら参加の自粛をお願いします。

かがくじっけんきょうしつ
科学実験教室

☆ 空気を使ったいろいろな実験を
見学します。
空気の重さを量ってみよう！



【日 時】 7月29日(金)
①9:30~10:30
②11:00~12:00
※内容はどちらも同じです。

【場 所】 富洲原地区市民センター
2階大会議室

【対 象】 小学生
(1~3年生は保護者同伴)

【定 員】 ①②とも8名ずつ

【参加費】 無料

【講 師】 中部大学非常勤講師
いとう としひこ
伊藤 敏彦さん

【持ち物】 水分補給の飲み物・タオル

富洲原地区市民センター・北部児童館共催事業
ほしぞらきょうしつ
星空教室

「きらら号」が
やってくる！
(屋外のみ)

◆雨天・曇天は中止◆
(中止の場合は、当日16:30以降に
参加者へ連絡します。)

【日 時】 8月5日(金)
19:30~21:00

【場 所】 ・富洲原地区市民センター駐車場
・北部児童館駐車場

【対 象】 小学生と保護者

【定 員】 60名
★申し込み時に、参加者全員の
氏名を教えてください。

【参加費】 無料

【その他】 ★夜間開催ですので、子どもだけで
参加する場合は、必ず保護者が送
迎してください。
★密を避けるため星たまご(移動式
プラネタリウム)はありません。

【持ち物】 水分補給の飲み物・タオル

※当日、17:30以降センター駐車場への
車の乗り入れはできません。

※ 今年、4つの教室を開催します。裏面もご覧ください。

がつ にち きん ごぜん し ぶん うけつけかいし
7月15日(金) 午前8時30分から受付開始。
ていいん しいし き
定員になり次第締め切ります。

もう こ と あ とみすはらちくしみん
【申し込み・問い合わせ】富洲原地区市民センター

☎ 365-1136

もう こ
申し込みは
でんわ
電話のみ



とう げい きょう しつ 陶芸教室

ハニワ作りに挑戦しよう！



※ 作品イメージ

【日 時】 8月9日 (火)
13:30~15:30

【場 所】 富洲原地区市民センター
2階大会議室

【対 象】 小学生
(1~3年生は保護者同伴)

【定 員】 8名

【材料費】 800円…当日集めます。
(窯焼きにかかる費用含む)

はっとり ますみ
【講 師】 服部 真澄さん

【持ち物】 手拭き用タオル(陶芸用)
水分補給の飲み物・タオル

◆ 備 考 ◆

乾燥に1ヶ月くらいかかるため
夏休み中には完成しません。
9月以降にセンターで受け取り
となります。

きょうしつ プログラミング教室

プログラミングでゲームを作ろう！

昨年好評だったプログラミング教室
が、ふたたび登場！！



※ 画面イメージ

【日 時】 8月18日 (木)
①9:45~10:45
②11:00~12:00
※内容はどちらも同じです。

【場 所】 富洲原地区市民センター
2階大会議室

【対 象】 小学生 (1~3年生は保護者同伴)

【定 員】 ①②とも 10名ずつ

【参加費】 無料

【講 師】 (株)ロボネット 伊藤 千絵さん
いとう ちえ

【持ち物】 水分補給の飲み物・タオル

※ これらの催しは、大雨等の過度の悪天候や感染症拡大の状況によって
変更や中止になる場合がありますのでご了承ください。