

常石交流館だより
2026年7月1日

つねいし

第38号

発行:
沼隈町常石 213
☎ 987-3839

E-Mail/
tsuneishi-krk@
city.fukuyama.hiroshima.jp



7月1日からの行事予定

7月 1日(水)

◎常任委員会..... 18:30~

◎例会..... 19:30~

7月13日(月)

◎ふれあい・健康・広報部会.....
18:30~

熱中症対策

指定暑熱避難施設
クーリングシェルター
COOLING SHELTER



【クーリングシェルター
(指定暑熱避難施設)について】

熱中症特別警戒情報が発表された際、危険な暑さから避難できる場所として市町村が指定する施設です。

指定したクーリングシェルターには施設入口などにクーリングシェルター・マーク(上図)を掲出します。

※常石交流館も指定されています。

交流館だよりを カラーで見よう!

スマートフォンやパソコンを使って、「交流館だより」がインターネットでも閲覧できるのはご存じですか?市ホームページの各交流館のページから、最新号から過去の交流館だよりまでを、いつでも、どこでも見ることができます。

常石交流館で検索または二次元コードからアクセスしてください。



←左の二次元コードから常石交流館ホームページへアクセスして、交流館だよりを探してみてくださいね。



もしもの時のために、できることは...

いざという時のために、日頃から準備をしておきましょう。

家での備え
大丈夫ですか?

災害に備える

★災害が発生すると物資の入手が困難になるため、平常時から各自で非常時持ち出し品や備蓄品を準備しておく必要があります。



■非常時持ち出し品

- 持ち出し品は、リストを参考に、家族構成を考えて必要なものを用意しておきましょう。
- 持ち出し品を入れる袋は、体に合った大きさを用意し、自分で背負うことのできる重さにしましょう。
- 離ればなれになったときのために荷物は各自のリュックに分割させておきましょう。

分類	項目
食料品 ※3日分が目安 (できれば1週間分)	□飲料水 □乾パン □缶詰 □レトルト食品 □栄養補助食品 □アメ・チョコレート □離乳食 □粉ミルク □()
生活用品	□毛布 □タオル □ラップ □ティッシュ □ビニール袋 □マッチ・ろうそく □充電器 □予備電池(モバイルバッテリー) □簡易トイレ・紙おむつ(3日分が目安) □生理用品 □()
医療・衛生用品	□常備薬 □包帯 □ガーゼ □ばんそうこう □お薬手帳 □処方薬 □() □() □()
感染症対策用品	□マスク □体温計 □ウェットティッシュ □アルコール手指消毒薬
貴重品	□現金(小銭も忘れずに) □通帳 □保険証 □印鑑 □身分証
衣料品	□下着 □靴下 □軍手 □長袖上着 □長ズボン □防寒具 □雨カッパ・雨具 □() □()
避難用具	□懐中電灯 □携帯ラジオ □ヘルメット □防災頭巾 □()
ペット用具 ※ペットがいる場合	□ケージ □リード □ペットシート □エサ・水 □()

※リストはあくまでも参考です。()内には必要なものを追加記入するなど、各ご家庭で必要なものを準備してください。

■ローリングストック(家庭での備蓄)



今年の「二十歳を祝う会」は、

8月9日(日)午前10時より、「二十歳を祝う会」を開催する予定です。

対象者は、2006年4月2日~2007年4月1日生まれで、常石小学校を卒業した20人です。地域みんなで、お祝いしましょう!



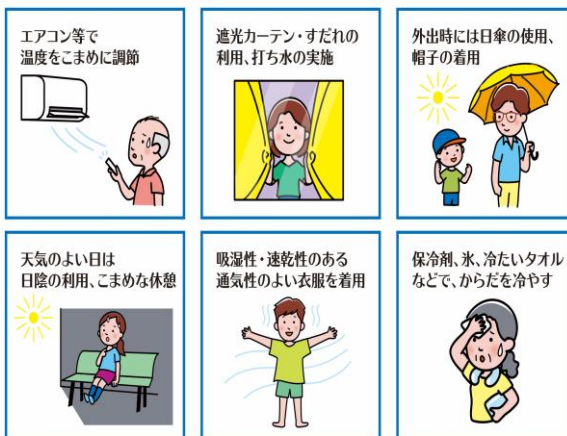
熱中症を予防しよう!

熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に応じた対策を取ることが大切です。適切な対策を取りましょう!

熱中症予防のために



暑さを避ける!



「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分を補給

熱中症の症状



応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

熱中症が疑われる人を見かけたら(主な応急処置)



自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、ためらわずに救急車を呼びましょう!

