



〔表紙〕7月11日に奈多・狩宿海岸の海開きと安全祈願祭が行われ、豊洋小学校の児童と豊洋幼稚園・守江幼稚園・東幼稚園の園児たちが元気に初泳ぎをしました。海水浴は8月15日まで楽しめます。

経費節減のため、パンチ穴を開けておりません。皆様にはお手数をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

ラジオ深夜便のつどい in 大分県杵築市

NHK 大分放送局と杵築市では、「ラジオ深夜便のつどい」の公開録音を行います。「ラジオ深夜便」は深夜に心安らぐひとときをお届けする、NHK ラジオ第1 放送の人気番組です。

【日時】 9月20日(土) 開場:13時/開演:13時30分/終演予定:17時

【会場】 杵築市文化体育館(杵築市大字本庄2005番地)

【内容】

第1部 明日へのことば講演会 講師:石丸謙二郎(俳優)

第2部 「朗読 黒田官兵衛」(予定)

高山大吾ほか(NHK 大分放送局アナウンサー)

第3部 「アンカーを囲むつどい」

アンカー:宮川泰夫、森田美由紀

※内容は変更になる場合があります。

【観覧申込】 入場無料 ※事前の申し込みが必要です。

□ 870 8660 :
NHK 大分放送局
「ラジオ深夜便
のつどい」係

往信おもて 返信うら

□ □ □ □ □ □ :
郵便番号
住所
名前

返信おもて 往信うら

【あて先】

〒870-8660

(住所不要)

NHK 大分放送局「ラジオ深夜便のつどい」係

【申込締切】 8月28日(木) 必着

※応募多数の場合は抽選で、1枚で2人まで入場できる整理券をお送りします。

※当落通知は9月5日(金)頃に発送する予定です。

※インターネットオークション等での転売を目的としたお申し込みであると判明した場合には、抽選対象外とさせていただきます。

【放送予定】 10月24日(金)午後11時20分~【ラジオ第1】
10月25日(土)午前1時~【FM】

【問い合わせ先】

NHK 大分放送局事業 ☎097-533-2800、平日 10時~18時

〔講師〕
石丸 謙二郎(俳優)



熱中症にならないために

こんな日は注意!

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・風が弱い
- ・急に暑くなった

こんな人は注意!

- ・肥満の人
- ・体調の悪い人
- ・持病のある人
- ・暑さに慣れていない人
- ・高齢者 ・幼児

こんな症状には注意!

- ・めまい ・立ちくらみ ・筋肉痛
 - ・汗がとまらない ・頭痛 ・吐き気
 - ・体がだるい ・虚脱感
- これらの症状がでたら、軽度・中度の熱中症の可能性あります。

思い当たることはありませんか?

部屋の中なら大丈夫?

熱中症は室内や夜間でも多く発生しています。すだれやカーテンで直射日光を遮る、換気をして屋外の涼しい空気を入れる、必要に応じてエアコン等を使用するなど、部屋に熱がこもらないように常に心がけましょう。

こまめに水分をとっていますか?

高齢者は加齢によりどのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。そのため、どのどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をする必要があります。体に必要な水分の補給を我慢することは、特に危険です。

熱中症の予防法

- ・外出するときは日傘や帽子を準備する
- ・涼しい服装をする ・こまめに水分をとる
- ・無理をせずに休憩する ・日陰を利用する



市役所各庁舎、生涯学習館、和楽庵、市内の薬局に「熱中症予防一時休憩所」を設けています。
のぼり旗をみかけたら、お気軽にご利用ください。