

公民館図書室だより

開室日…月曜日～土曜日

AM8:30～PM5:00

閉室日…日曜日、祝日、

年末年始、特別整理期間

中央公民館(☎63・3811)

新着図書のご案内

一般書

- 鬼談 (京極 夏彦)
- 太宰治の辞書 (北村 薫)
- ☆田園発 港行き自転車 上・下 (宮本 輝)
- 樹海 (鈴木 光司)
- モダン (原田 マハ)
- しない生活 (小池 龍之介)

以上、全部で7冊!

児童書

- 新幹線のたび (コマヤスカン)
- ☆しずくちゃん 24 (ぎぼ りつこ)

以上、全部で2冊!



※新着図書は、一人2冊までの貸出となります

新着図書のご紹介

《一般書》

☆田園発 港行き自転車 (宮本 輝)

絵本作家の真帆の父は15年前、「出張で九州に行く」と言ったまま、富山で病死を遂げていた。わだかまりを胸に真帆は富山へ足を向ける。富山・京都・東京、三都市の家族の運命が交錯する物語。

《児童書》

☆しずくちゃん 24 (ぎぼ りつこ)

今日は日曜日。しずくの森のみんなは、マラソン大会やプール遊びなど、とっても楽しそう!しずくちゃんたちのすてきな日曜日をまんがで描くほか、4コマまんが、間違い探し、クッキングコーナーなど、楽しさ満載!

おはなしの会

絵本や紙芝居の読み聞かせを実施しています!



おはなしの会では、毎月第3火曜日の午前10時から、中央公民館2階和室にて絵本や紙芝居の読み聞かせを実施しています。興味のある方は、お気軽にお越しください。

みなさんのお越しをお待ちしています!!



熱中症

～予防法できていますか？～

熱中症の発生は突然気温が上昇した日や蒸し暑い日など、身体が暑さに慣れていない時期におこりやすくなります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう。



こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

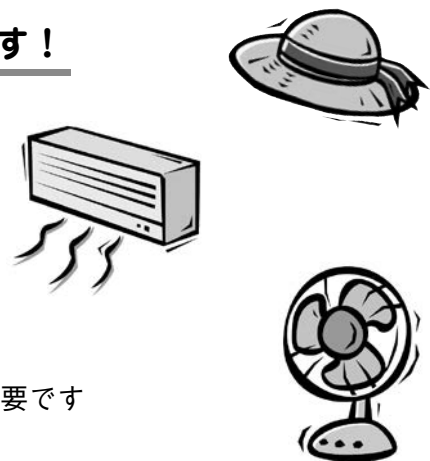
- 軽度な症状
めまい、たちくらみ、筋肉痛、汗がとまらない
- 中度の症状
頭痛、吐き気、身体がだるい
- 重度の症状
意識がない、けいれん、高い体温、呼び掛けに対し返事がおかしい、まっすぐに歩けない(走れない)

熱中症は予防が大切です

☆こんな日は熱中症に注意…気温が高い・湿度が高い・風が弱い・急に暑くなった

予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

- のどの乾きを感じてなくても、こまめに水分補給をする
 - 扇風機やエアコンを上手に活用する
 - シャワー、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで身体を冷やす
 - 部屋の温度を測る
 - 暑い日は無理をしない
 - 涼しい服装をし、外出時には日傘や帽子を使う
 - 部屋の風通しを良くする
- ※無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしましょう
※熱中症は、室内でも多く発生しています。また、夜間でも注意が必要です



熱中症になったときには

☆熱中症が疑われる人をみかけたら…

- 意識がある、反応が正常な時
1. 涼しい場所へ避難させる
2. 衣類を脱がせ、身体を冷やす
3. 水分・塩分を補給する
- 意識がない、呼びかけに対し返事がおかしい時
救急車を要請しましょう！

お問い合わせ/健康推進課(☎63・3801)