

市民活動の輪

—第53回—

おおふなと花の会

大船渡市内において、ハンキングバスケットマスター、グリーンアドバイザーをはじめ、お花を好きな有志が集まり、公共施設の花壇の整備や花と緑を通したまちづくりのための活動を目的とし、平成30年4月に設立しました。



「花壇の整備活動」の様子



「ガーデニング講習会」参加の皆さん

市は、ともに協働するまちづくりを目指しています。このコーナーでは、大船渡市民活動支援センター協力のもと、市内の市民活動団体やイベント情報などを紹介します。第53回は、「おおふなと花の会」の紹介です。

■会員を募集しています

お花を好きな人はもちろん、育て方が分からなくてお困りの方、これからお庭づくりを始めたい人など、どなたでもOKです。私たちが一緒に楽しみながら活動しませんか？



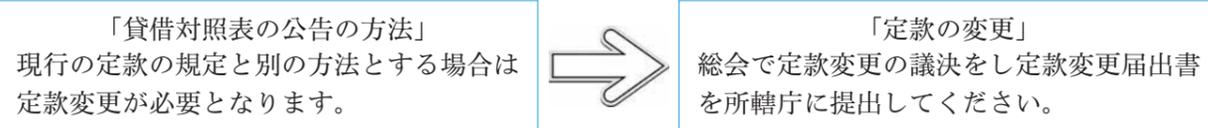
「花壇の整備活動」の様子

▽問い合わせ先
大船渡市民活動支援センター
〒022-8502 (☎④75702)

市民活動インフォメーション

NPO法人へお知らせ～貸借対照表の公告について～

▷平成30年10月1日から貸借対照表の公告が必要となり、「資産の総額」の登記が不要となります



▷NPO法人は、毎年度、貸借対照表を公告することとなり、公告方法を定款で定める必要があります。

- ①官報に掲載 ②日刊新聞紙に掲載
- ③電子公告(法人のホームページ、内閣府NPO法人ポータルサイト)
- ④法人の主たる事務所の公衆の見やすい場所に掲示

4つの公告方法のいずれかを定めることとなります。市民活動支援センターでは、ご相談に応じております。お気軽にお問い合わせください。



■大船渡市民活動支援センター ※フェイスブック、ブログ、ツイッターを随時更新中 (16)
▷所在地=盛町字町10-11(サン・リア2階) ▷電話=④75702 ▷Eメール=shimin@ofunatocity.jp
▷時間=午前10時～午後6時【月～土曜日(祝日を除く)】 ▷ホームページ=http://ofunatocity.com/

いきいき！健康講座

162

熱中症とは？

熱中症とは主に初夏から夏にかけて気温が上昇し始め、環境に身体が順応できないことで起こるさまざまな症状を総称したものです。

晴天など暑いときに起こるイメージがありますが、湿度の高いときにも起こります。高齢者に起こりやすいですが、子どももかかりやすいといわれています。子どもは年齢が低いほど症状をうまく訴えられませんが、注意して症状を観察してください。

■熱中症の症状

▽I度(軽症) 目まい、立ちくらみ、筋肉痛(こむら返り)、大量の汗、手足のしびれ、気分不快感。軽症であれば通常意識障害はありません。熱は平熱です。

▽II度(中等症) 頭痛、吐き気、嘔吐、だるさ、疲れ。意識障害はなく、体温は正常(40度未満)

▽III度(重症) 呼び掛けても反応がおかしい、けいれんがある、真っすぐ走れない、

40度を超える高体温、汗が出なくなる、肝臓や腎臓の障害(血液検査により分かる)

■応急処置

▽I度 II 身体を冷却して、水分補給をしましょう
・クーラーが効いた涼しい場所に移動し、仰向けに寝かせてあげましょう。

・ぬれタオル、保冷剤を使用して首、脇の下、太ももの付け根などの太い血管の部分で冷却しましょう。

・脱水の治療としては、経口補水液がおすすめです。乳幼児で授乳中であれば母乳やミルクを与えましょう。

・乳児で脱水が疑われる場合は速やかに受診してください。また、意識レベルが悪く、嘔吐があれば水分摂取は控えてください。

・右記の対処方法を実践しても症状が改善しなければ受診してください。

▽II度 II 意識障害はないが経口で水分補給できない、様

子を見ていたが症状が改善しない場合はタクシー、救急車などすぐに病院を受診しましょう。

■予防方法

・喉が渇く前から小まめに水分補給をし、子どもや高齢者の場合は声を掛けてあげましょう。

・予防目的で補水液を連日摂取する必要はなく、通常の水分補給はお茶で十分です。アルコールの摂取は水分補給となりません。

・大量の汗をかいた場合には塩分の補給も忘れずに行いましょう。

・気温が30度を超える日には、重労働は控えましょう。

・服装は吸湿性や通気性の良い素材のものを選び、屋外では日傘や帽子を使用しましょう。

・屋内ではエアコンや扇風機を活用しましょう。ブラインドやすだれを垂らすことも効果的です。

▽問い合わせ先
健康推進課(☎④1581)

子育て日記

318



◀募集中▶ 「子育て日記」に掲載する小学生ぐらいまでのお子さんを募集しています。応募方法など、詳しくはお問い合わせください。

■熊谷忍・悠子さん夫妻のお子さん (三陸町綾里字大明神)

- 熊谷 航 くん (10歳) / 写真右
- 熊谷 莉久 くん (8歳) / 写真左
- 熊谷 玲央 くん (3歳) / 写真中

●お子さんへのメッセージ
頼りになる長男、優しい次男、賢い三男、わが子最高です！ (お父さん・お母さんより)

●今後のまちづくりに望むこと
親子で地元で楽しめる施設が増えるとうれしいですね。

▷あて先/問い合わせ先
〒022-8501(住所記載不要)
秘書広報課広聴広報係(☎内線210)