

けあぶら通信



2018年7月号(累計90号) 発行
～ここに笑顔がある～
東山田地域ケアプラザ
住所 224-0024 東山田町270
電話 045-592-5975
FAX 045-592-5913
発行責任者 所長 堂前裕子

暑中お見舞い申し上げます

梅雨明けが待ち遠しくなりました。既に真夏のような暑い日が続いております。
皆さま、いかがお過ごしでしょうか？



さて、皆さまに地域ケアプラザの事業や地域活動をご紹介させていただいている「けあぶら通信」も今回で**90号**を迎えることができました。
これもひとえに皆さまのお力添えのおかげと深く感謝しております。
本当にありがとうございます。
これからも少しでも地域の皆様方のお役にたてるよう職員一丸となって取り組んでまいります。
どうぞ、よろしくお願い申し上げます。

ニューフェイス歓迎会を おこないました！

都筑区は転入出の多い街として広く知られています。
区内には引っ越してきて日が浅い親子がたくさんいらっしゃいます。
そんな親子のためのイベント「あつまれ～！都筑のニューフェイス！」事業を
6月1日(金)の「遊びのおもちゃランド」で開催しました♪

当日は15組(30名)の方々が参加され、
そのうち4組がニューフェイスの方でした！
はじまりのイベント「こどもと小さなうたあそび」では、
わらべうたを多く取り入れた手遊びで楽しんだり、
ボランティアさんによる絵本の読み聞かせがあったりと、
子どもたちは大喜び！先輩ママも、ニューフェイスのママも
一緒に楽しみました♡

ニューフェイス歓迎会では、先輩ママ達から「普段の遊び場所」や
「幼稚園・保育園の情報」を教えていただきました。
あっという間の2時間で、いつの間にかみんな仲良し♪

知らない街で過ごすというだけでも大変なのに、子育てもあって相談できる人も
近くにいない…。そんな不安を少しでも和らげることができたり、
みなさんの日々の息抜きになるような楽しいイベントを
毎月用意してお待ちしております。

毎月第1、第2、第3金曜日はご予約の上、東山田地域ケアプラザへ遊びにいらしてくださいね！
(☎592-5975)

第1金曜日
遊びの
おもちゃランド



毎月楽しいイベントのあとは、
おもちゃいっぱい自由遊び♪
10時～12時

第2金曜日
うろろんぱんた



田倉薫先生と、ふれあい親子体操♪
1歳児クラス 10時40分～11時35分
2～3歳児クラス 9時30分～10時25分

第3金曜日
もうさんくらが



のんびりまったり過ごしています♪
10時～12時

熱中症にご注意を！



こんな症状があったら 熱中症を疑いましょう！

熱中症は気温などの環境条件だけではなく、その日の体調や暑さへの不慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも湿度が高い、風が弱い、体が暑さに慣れていないときは注意が必要とされています。

環境省 熱中症～ご存じですか？
予防・対処法～を参考に作成

- 頭痛、吐き気
- 体がだるい
- 力が入らない

軽

- めまい（立ちくらみ）
- 筋肉痛、こむら返り
- 手足のしびれ、気持ち悪さ
- 汗が止まらない



- 意識がない
- けいれん
- 体温が高い
- まっすぐ歩けない
- 呼びかけても返事がおかしい

中

平成29年のデータでは熱中症で搬送された人数はおよそ5万2984人、その多くは高齢者と発表されています。

熱中症は室内でも多く発生しています！
こまめな水分・塩分補給を心がけましょう。のどが渇かなくても水分を摂ることが大切です。また体調が悪い時には無理をしない、エアコンや扇風機で室温を調節したり、日傘・帽子もおすすめです。
～皆さんで元気に夏を乗り切りましょう～

重

水分補給は、1日2リットルが目安！



都筑警察署のおまわりさんに聞きました！



⚠️ 振り込め詐欺多発中 ⚠️

都筑警察署管内で1月～5月までに振り込め詐欺が**3件**発生しています！
被害額は570万円にのぼっています。



「お金が必要で困ってる！！」

株で損をしちゃった、会社のカバン（小切手）を落としちゃった、すぐお金が必要で、、、などはオレオレ詐欺でよく使われる手口の1つです！

「個人情報が出ている！！カードが偽造されているかも！！」

警察官や銀行員・デパートの店員をなりすまして、個人情報が漏れているので確認したい。キャッシュカードが偽装されたものかも。預かりたい。といった電話で口座から現金が引き出されるケースもあります。他人に暗証番号は絶対伝えないようにしましょう。

「還付金があるのでATMに行ってほしい！！」

医療費の払い戻しがあって期限が今日までになっている。ATMへ行ってほしい。などの手口で電話がかかってくることもあります。還付金などの払戻しをATMで手続することは絶対にありません。



～被害にあわないために～

留守番電話の設定をお願いいたします。犯人は留守番電話を嫌います。
携帯電話番号が変わったと言われたら、一度元の番号にかけて確認してみましょう。
ペットの名前や思い出の旅行先、結婚記念日など日頃から家族の合言葉を決めておくのも大切です。

家族の力で振り込め詐欺を撃退しましょう!!