

Attention 熱中症を防ぎましょう

熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に合った対策を取ることが重要です。

○室内では…

- ・扇風機やエアコンで温度を調節 ・室温をこまめに確認
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用

○屋外では…

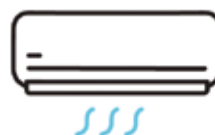
- ・日傘や帽子の着用、日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

○からだの蓄熱を避けるために…

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

○こまめに水分を補給しましょう…

- ・室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう。



☎困健康づくり課予防係(☎内線1172)

文化・生涯学習

culture・lifelong learning

☎ 応募・申込方法
📅 日程
🕒 時間
📅 期間
📍 会場・場所
📞 問合せ先
📞 対象・資格
📠 FAX
📧 内容
📧 電子メール
💰 料金・費用
🏠 ホームページ
📄 他

市民ときめきスクール受講生募集

「碓氷川クリーンセンター見学～ごみ処理施設の現状～」

家庭から出された「ごみ」は、どのように処理されているのでしょうか。この機会に一緒に見学しませんか。

📅 10月6日(金)

🕒 午前9時30分受付開始

📍 碓氷川クリーンセンター・熱帯植物園

👤 持上ばき

👤 定20人

募集期間 9月4日(月)～15日(金)

主催 安中市生涯学習プランナー友の会

☎・📞 生涯学習課社会教育係(☎内線2242)(土日・祝日を除く午前9時～午後5時)

※階段の上り下りが難しい人はご遠慮ください

※車の乗り合わせにご協力ください

※保険に加入するため、申込時に年齢確認をします

第6回松井田城歴史講演会 松井田衆と「もうひとつの戦争体験」

📅 11月5日(日)

🕒 午後2時～

📍 松井田文化会館大ホール

👤 講師

築瀬大輔氏(県立女子大学 教授)

👤 定400人

💰 無料

📄 往復はがきによる申込み

(〒379-0215 松井田町高梨子1313-1 松井田城址保存会 宛)

返信の文面(宛名面の裏)に「歴史講演会参加希望」、また、返信の宛名面に自分の住所・氏名、電話番号を明記してください。

📅 10月20日(金)

📄 新型コロナウイルス感染症などの影響で、中止になる場合があります。

☎ 松井田城址保存会事務局(☎090-4069-2514)

松井田文化会館 大ホール ☎☎393-4400

中央ろうきん友の会安中支部 第14回定期総会

📅 9月14日(木)

🕒 開場 午後1時

開演 午後1時30分

💰 無料

☎☎090-8876-4655(田中)

第10回安中オカリナ音楽祭

📅 10月7日(土)

🕒 開場 午後1時

開演 午後1時30分

💰 無料

☎☎090-1887-0180(白石)

大多摩流裕紫会 発表会

📅 10月8日(日)

🕒 開場 午後0時30分

開演 午後1時

💰 無料

☎☎027-393-0328(鈴木)