

依那古ふれあい夏祭りにご参加ください

- 日時 8月3日(土) 17:00~20:30
 - ・イブニングマルシェ 17:00頃~ (キッチンカー他)
 - ・祭りイベント 18:30頃~ (ダンス・歌)
 - ・納涼打上げ花火 20:00頃~
 ※雨天の場合は、花火のみとして、8/4(日)、10(土)に順延
- 場所 下郡地内 木津川河川敷

子ども向けにスーパーボールすくいや的あて、輪投げなどの祭り屋台も開催します。(小学生以下、無料)
キッチンカーも多数来てもらいます。是非会場に足を運んでください。

ゆめが丘交番連絡協議会 開催

7月19日(金)、ゆめが丘地区市民センターでゆめが丘交番の管轄地区の住民自治協議会の会長が集まって連絡協議会が開催され、ゆめが丘交番の方から令和6年5月現在の犯罪・交通事故の発生状況の報告がありました。

(1) 伊賀署管内の刑事事件の認知状況

	凶悪犯	粗暴犯	窃盗犯	その他
令和6年5月末	1	7	9	3
前年同期比	+1	+5	-10	-5

- ・管内での特殊詐欺犯罪の発生・被害は無し。
- ・凶悪犯罪は放火が1件。
- ・窃盗犯は半減するも、粗暴犯罪(暴力・ケンカ)が増。

(2) 伊賀署管内の交通事故発生状況

	件数	人身事故		物損事故 件数
		負傷者	死者	
令和6年5月末	16	20	0	208
前年同期比	+3	+6	±0	-13

- ・人身事故は+3件、負傷者も+6と増加。
- ・物損事故については、昨年より-13件。

夏休みに入ると子どもの交通事故も増える傾向にあります。また、子どもをターゲットにした犯罪も増えます。ささいなきっかけで非行に走ったりすることも少なくありません。

大人や地域が何をすべきか考えて、子ども達を地域で見守りましょう。

上野南小学校にフジバカマを植えてみました。

7月23日の午後、文化サークルである花咲草会の皆さんが、上野南小学校のプール前の一角にフジバカマを植えられました。フジバカマは9~10月に咲く、秋の七草に数えられる秋を代表する花です。

そしてそのフジバカマにはアサギマダラが蜜を吸いにやってきます。アサギマダラは羽根が「浅葱(あさぎ)色=青緑色」で台湾から日本各地を渡る“渡り蝶”です。信州や東北で夏を過ごし、秋になると台湾の方に帰っていきます。

上野南小学校を「アサギマダラが飛来する小学校」に出来ないかと、春から挿し木をして育ててもらっていました。

今年の秋に咲くかどうかは解りませんが、来年にはピンクの花が咲くと思います。手始めはプール前の一角ですが、アサギマダラの飛来が確認できれば更に増やしてみたいです。



桜が咲き、コスモスや彼岸花の咲くまち 依那古!!
そしてアサギマダラが飛来する依那古に。皆さんもフジバカマを育ててみませんか。



熱中症からカラダを守ろう！！

7/18に三重県が、そして近畿地方も7/21に梅雨明けが発表されました。梅雨明け後、猛暑が続いています。気象庁からは今年の夏も「高温傾向は収まらず熱中症対策が必須」と発表されています。皆さんもよくご存知とは思いますが、今一度、『熱中症の原因』と『熱中症の予防のポイント』をお知らせします。ご本人も周囲の方も含めて熱中症対策を行い、暑い時期を乗り切りましょう！！

◆熱中症とは…

暑さによって体温が上昇し、身体の調節機能が追い付かなくなってしまう状態のことを言います。重篤(じゅうとく)になると多臓器不全を起こし命を落とすこともあります。

症状としては以下の様なものがあります。

- ・めまい、立ちくらみ
- ・手足のしびれ
- ・手足のしびれ、痙攣
- ・頭痛や吐き気
- ・異常な発汗
- ・歩行困難

◆熱中症が発生するメカニズム…

私たちの体には、体温を一定に保つ体温調整機能が備わっています。

夏の高温の中では、発汗、皮膚からの水分の蒸発、呼吸による水分の蒸発などで熱を放散し、体温を下げようとします。しかし、あまりに急激な温度変化があったり、高温多湿の状態が過酷になったり、体力が弱っていたりすると体温調整機能が追いつけず、脱水、塩分不足、脳への血流不足、体温の異常な上昇などがおこり、様々な症状が現れます。これが熱中症です。

特に高齢の方は「加齢によるカラダの変化」で

- ・体内の水分量の減少する
 - ・暑さを感じにくくなる
 - ・のどの渇きを感じにくくなる
- などの変化で熱中症になりやすくなります。

◆熱中症予防のポイント…

まずは暑さを避けましょう。

- ・暑い日の外出や長時間の屋外での作業は避けましょう。
 - ・日傘や帽子の使用もこころがけましょう。
- 熱(体温)をコントロールしましょう。
- ・上手にエアコンを活用しましょう。
 - ・涼しい服装をしましょう。
 - ・日陰に入って、カラダを休めましょう。
 - ・“ひんやりグッズ”も活用しましょう。
 - ・こまめに水分補給をしましょう
- 日頃から体調管理をしておきましょう。
- ・栄養バランスのいい食事を摂りましょう。
 - ・適度な運動で汗をかきやすくしましょう。
 - ・十分な睡眠をとりましょう。
 - ・規則正しい生活を意識して体調管理に勤めましょう。

◆熱中症の応急処置…

基本としては涼しい所に移動して水分補給をして下さい。服をゆるめて風通しを良くして、首や脇、太ももの付け根の太い血管の部分をやや冷やしましょう。

呼びかけに応えない、意識がもうろうとしている、自力で水が飲めない時は迷わず救急車を呼んでください。

8月の予定

梅雨明けしたとたん、猛暑が続いています。8月は稲刈りの準備もしなければなりません熱中症には十分お気をつけください

日	月	火	水	木	金	土
28	29 伊賀市議会 タウンミーティング	30	31	8/1 木工体験教室	2	3 依那古ふれあい 夏祭り
市民センター 夏休み臨時図書館 (7/22~8/27)						
4 (夏祭り予備日) ※花火のみ	5 いなこ読み聞かせ会	6	7	8	9	10 高齢者安心見守り 声掛け訓練 (※花火予備日)
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21 幹事会	22	23	24
25 ウクライナ ワークショップ	26	27	28 小学校 始業式	29	30 民生委員児童委員 定数調査説明会	31
9/1	2	3	4	5	6	7