

# かながわ

# 6

月号

ここから神奈川区版 5~12ページ▶



2017(平成29)年 No.236

神奈川区役所 検索

ツイッターで  
情報発信中!  
@yokohama\_KNGW



神奈川区  
マスコット  
キャラクター  
かめ太郎



神奈川区役所 / 〒221-0824 神奈川区広台太田町3-8 ☎411-7171(代表) 編集・発行 / 区政推進課広報相談係 ☎411-7021 ☎314-8890

もくじ ◆特集……⑧・⑨ページ ◆お知らせ・スポーツ……⑩・⑪ページ ◆福祉と健康……⑫ページ ◆子育て……⑬ページ ◆施設から……⑭ページ

## 6/25 かながわワクワク健康フェスタへ 行こう 健康ムーブメントで元気な神奈川区

働世代の体操教室▶  
(横浜健康経営認証企業:  
株式会社立花屋)

かながわ動きマン体操▲  
※ホームページで公開中  
[かながわ動きマン体操] 検索

かめ太郎  
こども体操  
(神大寺保育園)

特集 2

### 平成29年度に神奈川区で行われる事業を紹介します

区制90周年 神奈川 2017

## 熱中症を予防して 夏を元気に過ごそう

### 熱中症の主な症状

軽

- ◆めまい
- ◆立ちくらみ
- ◆汗がとまらない

中

- ◆頭痛
- ◆吐き気
- ◆体がだるい

重

- ◆けいれん
- ◆意識がない
- ◆高い体温
- ◆まっすぐに歩けない

### 熱中症の予防法

- 日傘・帽子
- 涼しい服装
- 小まめな水分補給
- 日頃の健康管理
- 扇風機やエアコンを使った室温管理

### 熱中症になったときは…

- 涼しい場所に避難する
- 衣服を脱がせ、体を冷やす
- 水分・塩分を補給する

症状が重いときは救急車を呼んでください。

横浜消防マスコットキャラクター「ハマ」くん

### 高齢者・幼児は特に注意!

**高齢者**▶ 温度に対する感覚が弱くなるため、室内でも熱中症になることがあります。喉が渇かなくても水分補給し、小まめに室温を調整しましょう。

**幼児**▶ 体温調節機能が十分に発達していません。また、晴れた日は地面に近いほど気温が高くなり、大人よりも暑い環境にいるので注意しましょう。

問合せ 神奈川消防署予防課 ☎fax 316-0119  
高齢・障害支援課 ☎ 411-7110 ☎ 324-3702  
こども家庭支援課 ☎ 411-7112 ☎ 321-8820

## 災害に備えて、知識と技術を身に付ける 防災研修会

### 内容

<b>A 救急研修</b>	●救命処置要領(AEDを含めた心肺蘇生法) ●応急手当の要領(止血法や骨折時の処置など)
<b>B 地震防火研修</b>	●家庭で行う地震対策 ●初期消火要領(スタンドパイプ式初期消火器具取扱いなど) ●横浜市民防災センターにおける地震・火災・風水害などの防災体験
<b>C 災害図上訓練</b>	●自分たちの住む地域の地図に、避難場所などさまざまな情報を書き込み、災害対策を検討する参加者主導の訓練

### 日程

実施日	実施場所	9:30~11:30	13:30~15:30	18:00~20:30
6月24日(土)	区役所本館地下1階 機能訓練室・研究室	A	C	
6月28日(水)	区役所本館5階 大会議室	C	C	
6月30日(金)	区役所本館1階 第2会議室			A*1
7月 2日(日)	横浜市民防災センター	B	B	
7月 3日(月)				A*2
7月 5日(水)		B	A	
7月11日(火)				B
7月12日(水)	菅田地区センター	A		
7月13日(木)				B
7月16日(日)		B	B	
8月 1日(火)	横浜市民防災センター			B
8月 3日(木)				B
8月 7日(月)				A*2

対象・定員 区内在住者、各回先着40人  
○本研修は家庭防災員の研修会を兼ねています。  
○各回とも同じ内容です。A、B、Cのうち一部の参加も可能です。

★1 18時30分~20時30分 ★2 18時~20時

申込み・問合せ 開催日前日までに電話で、神奈川消防署予防課 ☎fax 316-0119

### 家族が急に倒れたら…



### 近所で火災発見!



### 地域の危険要素を確認

