

■親子ふれあい研修事業参加者募集

県内にお住まいの母子家庭のお母さんとお子さんが広く地域を超えての交流と楽しい体験ができる「1泊研修事業」の参加者を募集します。

○とき 9月28日(土)午後2時～
29日(日)午後1時

○ところ

県立児童センター「子どもの城」

大洗町磯浜町8249-4

※現地集合現地解散

○対象者 県内在住の母子家庭の親子

○募集人数 100名

○参加費 無料

○申込締切 8月23日(金)

○申込方法 電話で下記へ

申問 茨城県母子寡婦福祉連合会(長島)

☎029-221-7505

■フォークリフト運転技能講習会のご案内

○とき 9月18日(水)～25日(水)の6日間
(月火除く)午前9時～午後5時10分

○ところ 茨城県自動車学校
(水戸市東野町260)

※日立駅前から会場まで無料バス運行

○対象者

以下の①～⑤の全てに該当する方

①就職を希望する55歳以上の方

②普通自動車免許をお持ちの方

(大型特殊免許をお持ちの方を除く)

③面接会を含む全日程に出席できる方

④公共職業安定所に求職登録し「ハローワークカード」をお持ちの方

⑤趣味・教養のための申込でない方

○募集人数 20人(選考あり)

※半数以下の時は中止の場合あり

○参加費 無料

○申込期間 8月6日(火)～9月10日(火)

○申込方法 申込書、ハローワークカード、運転免許証、住民票抄本を下記に提出 ※申込書はハローワークおよび下記にあります。

申問 北茨城市シルバー人材センター

☎42-3262

県シルバー人材センター連合会

☎029-244-4622

■茨城子ども救急電話相談

お子さんが急な病気で心配な時、ご相談ください。すぐに受診させたほうがいいのか、様子を見ても大丈夫なのかなど、経験豊富な看護師がアドバイスします。

○毎日の夜間

午後6時30分～11時30分

○休日の日中(日曜、祝祭日、年末年始)

午前9時～午後5時

○電話番号

☎029-254-9900

☎#8000(プッシュ回線の固定電話、携帯電話のみ)

○費用 相談は無料(通話料のみ負担)

○その他

救急医療機関をお探しの時は、茨城県救急医療情報コントロールセンター

☎029-241-4199へ(年中無休24時間対応)

問(財)茨城県メディカルセンター



7月27日
磯原二ッ島海水浴場 3年ぶりの海開き
夏の海を満喫しましょう

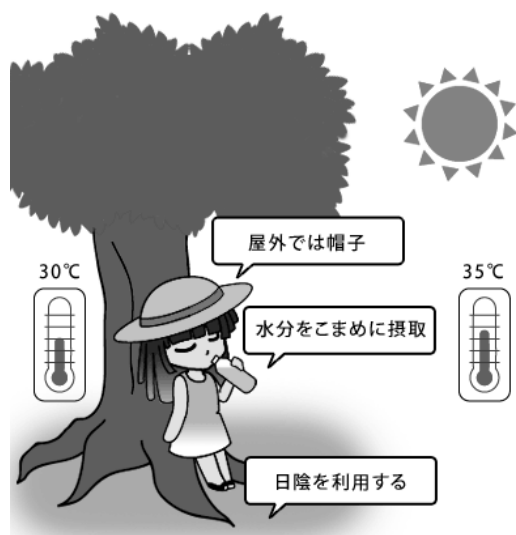


熱中症に注意しましょう

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。



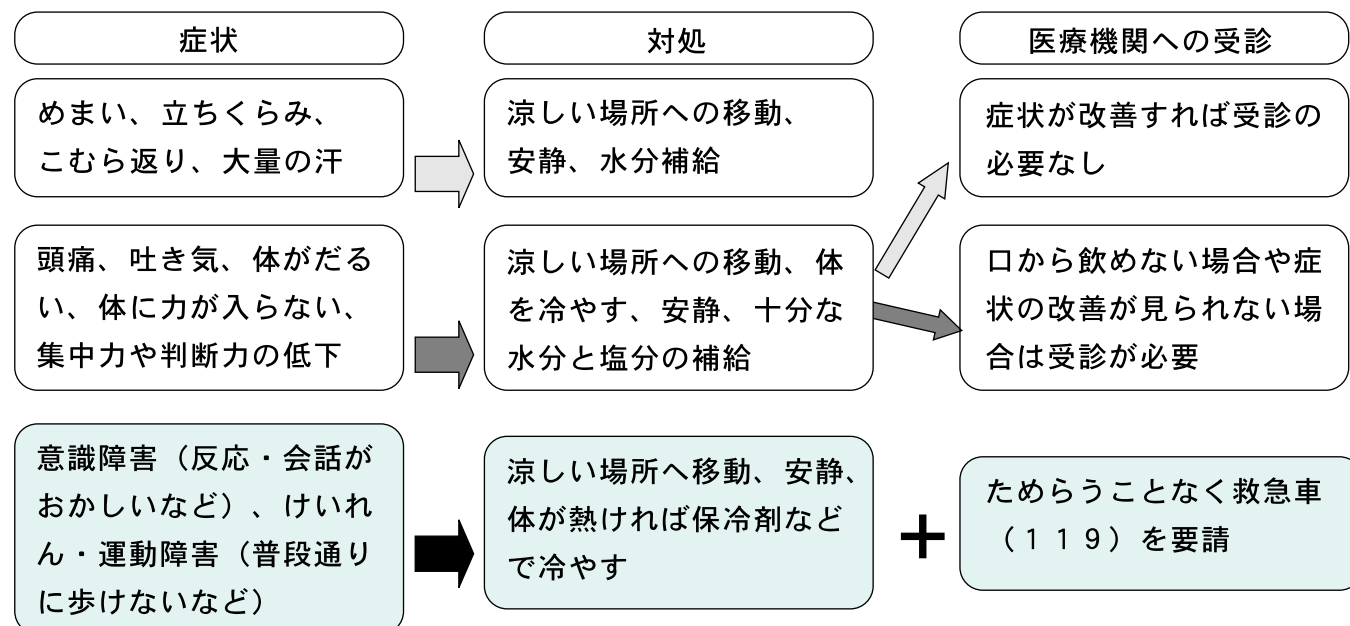
家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために熱中症になる場合があります。お子さんやお年寄りの方は、特に注意が必要です。



○熱中症予防のポイントは・・・

- ・ 室温 28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ・ のどが渴いたと感じたら必ず水分補給
- ・ のどが渴かなくともこまめに水分補給
- ・ 外出は体をしめつけない涼しい服装で帽子も忘れずに
- ・ 無理をせず、適度に休憩を
- ・ 日頃から栄養バランスのいい食事

○熱中症の分類と対処方法



問 消防本部 救急救助係（白井、神白） ☎ 42-0161

裏面

早めにお回してください