

令和5年7月号



みささ村だより



発行：みささ村地域協議会 ☎ 0858-43-5201

MÖLKKY
& B.B.Q
& 魚つかみ

7/16 日

ふるさと健康むら(少雨決行)

第1部 モルック体験教室



はじめてでも OK! 家族、友達を誘って参加しよう! ■参加賞あり

開催時間/10:30~11:30

第2部 バーベキュー



- バーベキュー、おにぎり
 - 生ビールの販売もします。
 - 無くなり次第 終了いたします。
- 開催時間(予定)/11:30~13:00

第3部 魚つかみ



【対象中学生以下】

かじかの池でヤマメつかみどり

※**捕まえた魚は、お持ち帰りください。**

開催時間(予定)/13:00~13:30

※詳しい詳細は、全戸配布チラシをご覧ください。※都合により内容などを変更する場合があります。

みささこども園 ちまき作り交流



6月2日(金)みささこども園で、地域内のおじいちゃん・おばあちゃん 18名にご協力いただき、ちまき作り交流をしました。お礼に肩たたきや歌のプレゼント。園児も参加者も終始『笑顔!』とても良い会でした。



平成22年にキュリー夫妻のブロンズ像と花壇整備され『三朝キュリー公園』の愛称でスタートした花畑事業も13年目。毎年悪戦苦闘しながら活動しています。



みささ村 夏の一番清掃!

7月23日(日)

各集落で時間を決めて実施してください。みなさんのご協力で“美しいみささ村”にしましょう! 詳しくは、回覧をご覧ください。



秋季大運動会 9月3日(日) 開催します!

今年は、競技数を減らしお昼過ぎには終了予定とします。運動会役員や選手に声がかかりましたら、快く引き受けてくださいますよう、ご協力をお願いします。

場所・・・三朝小学校校庭

雨天の場合：三朝町総合スポーツセンター

時間・・・午前9時～午後1時頃終了予定



7/9 日 午前8時～ 少雨決行

三朝温泉の玄関口にあたる『三朝キュリー公園』とその周辺の景観を整備し、来訪される観光客を歓迎するため、次の日程で作業を行います。これに伴い、除草作業ボランティアを募集しますので、ご協力いただける方はご連絡ください。

★作業内容 ・草刈機による除草・除草した草あつめ・百日草植栽他

★準備するもの 除草道具 ※短時間でも結構です。みなさんのご協力をお願いします。



地域防災士のコラム



○ 2023 (R5) 年 1 月 24 日午後 7 時 20 分京都駅で何が起こったか。<閉じ込められたら>

“電車の中に 7 時間その時「私は」どうなるの” 動いていた電車が突然「停車」そこから、7 時間、車内に大勢の人が閉じ込められました。原因は、「大雪」の為です。車外に出られない状況でありました。

- ・過呼吸になる人がでる、立ちつかれた人で、イライラ感が出始める
- ・トイレのある車両に人が集まり過密状態に ・車内は酸欠状態に陥り、体調をくずすひとが出る
- ・数時間経つと、疲労と眠気が襲ってくる ・疲労が溜まり救急搬送をされる人が多数出る。
- ・閉じ込めから「失神」も起きる人が出る ・その他、いろいろな症状等が発生する。

自立神経の
バランスが
崩れる怖さ！

○ 長時間、電車内に閉じ込められた時、「私たち」の体にどんなことが起きる可能性があるのか。

今回のように混雑し動けないような状況が長く続くと、人は“不快”だと感じます。すると、自律神経のうち、体をリラックスさせる“副交感神経”が緊張し、心身を活発にする交感神経の働きも抑えられてしまい、“血圧が下がります”。その結果、“冷や汗を掻いたり”、“お腹が痛い”などの症状がでることがあります。ひどい場合は気を失って“失神”することがあります。「神経調節性失神」と呼ばれるものです。

「神経調節性失神」が起こる前の症状としては、次のようなものがあり注意が必要です。

- ・ 冷や汗や腹痛・ 頭が痛くなる・ 体がふわふわ感じる・ 血の気が引く等。

「症状が起きやすいのは、“座っている場合よりも混雑した車内で立ちっぱなしの場合”です。

『対応策』⇒立っている場合は座ること・スペースがある場合は横になるなど姿勢を変える。水を十分にとって“血圧”を上げる。 神経調節性失神はほとんどが短期間で回復し、後遺症もないことが多いです。

みささ村公民館 場所：三朝町山田 608 (スポーツセンター入り口向い)



★公民館の利用は、事前申込が必要です。電話(留守電有)・FAX・Eメール・来館で受け付けています。お名前と連絡先を必ずお知らせください。利用時間は、昼間・夜間の利用もできます。

■お急ぎの場合は、役場企画健康課(電話 43-3506)までお願いします。

★利用後は、後片付けをきちんとして下さい。ゴミは、お持ち帰って下さい。

★事務局員滞在時間は、毎週月曜日～金曜日 午前 9:00～午後 1:00

★設備を棄損若しくは汚損した場合は、速やかに報告してください。

先月、窓ガラス割れていました。部屋の中には、直径 4 cm の石が落ちていました。

8 月～Instagram フォトコンテスト開催します!こちらの QR からアクセス⇒

Instagram

