



## 熱中症に気を付けましょう！

熱中症は屋外だけでなく、室内で何もしていない時でも、また日中だけでなく夜でも発症し、命にかかります。普段から熱中症を予防する行動をとりましょう。

### ◆こんな症状があれば熱中症かも！！

めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗がとまらない、頭痛、吐き気、体がだるい、集中力の低下

### ◆対応・・・①脇の下、太ももの付け根などを冷やす

②涼しい場所に移動する

③飲めるようであれば水分を少しずつでよいので、何回かに分けて飲ませる

### ◆次の場合は、すぐに救急車を呼びましょう

自分で水が飲めない、まったく歩けない、けいれんがある、返事がおかしい、意識がない



## 熱中症一時休憩所



大分県では、7月1日から9月30日までの間、公共施設や商業施設、薬局、コンビニなどに「熱中症一時休憩所」を設置しています。①エアコンが入っている ②座って休憩ができる ③水分補給ができる場所です。暑さが厳しい時には、ポスターやのぼりのある店舗や市内公共施設で休憩しましょう。

## 食中毒に注意！

食中毒が発生しやすい季節です。食品の取り扱いに気を付けましょう。

### 食中毒予防の3原則

- ① 菌をつけない(清潔・洗う)
- ② 菌を増やさない(冷蔵庫などで冷却)
- ③ 殺菌する(加熱処理)



## 《7月の専任手話通訳者の不在(予定)のお知らせ》

【10時～12時不在】3日・10日・17日  
・24日・31日(水)

【一日不在】18日(木)、25日(木)

【午後不在】1日(月)※急な不在の場合もあります。



## 避難所変更について

■南部小学校～大規模改修工事のため工事期間中は開設する避難所を変更します。

(期間)7月19日～8月25日

(変更後)新博多町交流センター

※状況により南部公民館開設の場合あり

■ダイハツ九州アリーナ～全国高等学校総合体育大会のバレーボール競技開催のため

(期間)7月23日～8月7日まで

(変更後)緑ヶ丘中学校 管理棟2階 多目的室

※大幡コミュニティーセンターも同大会で

使用のため開設しません

必ず中津メール(携帯・FAX)等で確認して

避難してください



発行：中津市福祉支援課障害福祉係  
専任手話通訳者大下  
《専任手話通訳者携帯アドレス》  
[nakatsu-shuWahaken@q.vodafone.ne](mailto:nakatsu-shuWahaken@q.vodafone.ne)  
《電話番号》090-9400-8795  
《市役所障害福祉係FAX》25-2335

ど ちようび つうやくいらい  
**土・日曜日の通訳依頼は ↓ ↓**  
おおいたけんちようかくしやうがいしやきやうかい  
大分県聴覚障害者協会  
(FAX)097-556-0556  
(メール)[info@toyonokuni.jp](mailto:info@toyonokuni.jp)

7月13日は男女共同参画週間  
念講演会があります(手話通訳付き)  
・詳細は6月号に掲載しています