

大和公民館だより

発行者 大和公民館

〒409-1203 甲州市大和町初鹿野 1693-1

館長(石田) ■■■■■ 主事(三枝) ■■■■■

第32回 “ふるさと大和夏まつり”

〈主催：ふるさと大和夏祭り実行委員会〉

◇日時 8月9日(土)午後6時30分～

◇場所 大和支所前駐車場

盆踊り・和太鼓演奏・夜店屋台・ふれあい花火
・バンド演奏・流しそば・お楽しみ抽選会など。

「ふるさと大和夏まつり」は大和地区各団体が一体とな
って協力し実行委員会をつくり、世代を超えた住民の交
流と地域の活性化、子どもたちの思い出づくりを目指し

ています。ご近所お誘い合わせて、夏の夜のひと時をお楽しみください。



梅雨も明け夏本番、熱中症に気を付けよう!!!

【症状】

- 1, めまい・立ちくらみ：血圧が低下し、めまいや立ちくらみ。
- 2, 手足の痺れ筋肉痛：手足が痺れたり、つったりする。
- 3, 体のだるさ：力が入らない。
- 4, 頭痛・吐き気：体温上昇による、頭痛・吐き気。
- 5, 異常な発熱：汗が異常に出る。又は、全く汗が出ない。
- 6, 体の痙攣：体が痙攣し、まっすぐ歩けない。

【対策と予防】

- 1, 水分補給：定期的に水分を摂取し、脱水を防ぐ。
- 2, 適切な服装：通気性の良い服を選び、直射日光を避ける。
- 3, 休憩：適度に休憩を取り、体を冷やすことが大切です。