

御代田 消防署からみなさんへ

熱中症予防

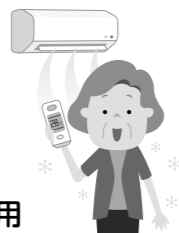
熱中症とは、高温多湿の環境下で、体温が上昇し体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節が正常に働かなくなり、体内に熱がこもった状態を言います。重症化すると死に至ることもあります。



①熱中症予防の注意点

屋内では

- 室温をこまめに確認し、扇風機やエアコンで温度を調節
- 遮光カーテン、すだれを利用



屋外では

- 日傘や帽子を使用し日陰の利用、こまめな休憩をとる
- 気温の高い日は日中の外出をできるだけ避ける



からだの蓄熱を避けるために

- 通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす

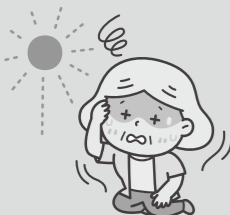


マスクの着用について

- 屋外で運動をする際はマスクをはずす



②熱中症の主な症状



めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り）、大量の発汗、頭痛、気分の不快、吐き気、嘔吐、全身のだるさ、力が入らない、意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温

※異変を感じた場合はすみやかに「119番」で救急車を呼びましょう。

問い合わせ先 佐久広域連合消防本部 御代田消防署 (32) 0119 ※お掛け間違いにご注意ください。

運用代行サービスいたします! twitter facebook Instagram Youtube Google YAHOO!

これから始めるWEB広告

こんなお悩みありませんか? 様々な種類のSNS・WEB広告を一括サポートします!

WEB広告を出してみたいけど、何をすれば良いかわからない...

自社の商品・サービスをどうやってPRすれば良いかわからない...

そもそも良くわからないし、忙しくてやってられない...

Q1 どのくらい費用がかかるの? 1ヶ月の目安 **66,000円**~ (税込) ※契約期間6か月以上の場合、6か月に満たない場合、初期費用が必要となります。内訳 ◎広告費: 33,000円~ (税込) ◎運用代行費: 33,000円~ (税込)

Q2 運用代行って具体的に何を? ●結果を分析し、予算の中で効率化します ●利用開始の手続き ●表示する広告原稿の制作 (※制作する内容により、別途お見積り) など

A/C 地域情報&広告株式会社 アイク 小諸市御幸町2-12-1 Tel.0267-23-4474 www.aic-ad.co.jp

第3回 御代田町図書館を使った調べる学習コンクール

調べる学習コンクールにチャレンジ!!

御代田町立図書館では、本年度も児童、生徒を対象に調べる力やまとめる力を身につけ、自ら学ぶ意欲を高めるために図書館を活用した「調べる学習コンクール」を開催します。昨年度は応募総数376作品と多くの応募がありました。内容としても、身近な疑問からスタートして図書館の本を中心に丁寧に調べた作品が多くあり、子どもたちの調べる力の素晴らしさがあらわれていました。

令和5年度の応募締め切りは**9月7日(木)**です。応募カードが各学校にあるので必要なことを記入して、学校の窓口へ応募してください。わからないことは、それぞれの学校図書館の先生や町立図書館の職員にお尋ねください。

「調べる学習コンクール」は、身近な疑問や不思議に思うこと、興味があることなどテーマは自由です。ただし、調べる資料として必ず図書館の本を使ってください。もちろん、実験・観察をしたり、聞き取り調査をしたり、インターネットなどを使ったりしてもよいです。



応募者全員に参加賞を用意、入賞・入選者には賞状、入賞者には記念品を贈呈します。また、入賞作品は、全国の「第27回図書館を使った調べる学習コンクール」(公益法人図書館振興財団主催)への出品候補となります。



©図書館振興財団

1. 主催

御代田町 / 御代田町校長会 / 御代田町教育委員会 / 御代田町立図書館

2. 主管

御代田町図書館を使った調べる学習コンクール実行委員会
(御代田町立小中学校図書館係・学校司書 / 御代田町校長会 / 御代田町教育委員会 / 御代田町立図書館)

3. 応募部門

小学生の部(低・中・高学年)・中学生の部・高校生の部・親子の部

4. 応募方法

- 在籍する学校の窓口へ応募してください。
- 作品はA4サイズの紙にまとめてください。(1~50ページ)
- まとめ方は、在籍する学校図書館の先生や町立図書館の職員に確かめてください。
- 調べたときに利用した資料名を明記してください。

5. 応募締め切り

9月7日(木)
小中学生は、各学校の窓口へ提出してください。

