

鬱陶しい梅雨も明け、蒸し暑い日差しが照りつけて、これから本格的な夏を迎えまだまだ暑い日が続きます。

熱中症や寝冷えにならないよう身体には十分注意し、今後の復興に向けて皆さん一緒に頑張っていきましょう。

### 個別調査始まる！

先月下旬ころより、復興に関わる個別調査が各地域ごとに、多くの集会所や談話室に於いて始まっています。

各世帯ごとに町当局との話し合いになりますので、聞きたい事や疑問に思っている事等を直接ぶつけてみては如何でしょうか。

当仮設に近い場所と日程は以下の通りです。

|          |          |            |
|----------|----------|------------|
| 孵化場仮設談話室 | 8月23日(木) | 9:00~20:00 |
| 安渡公民館    | 8月13日(月) | 9:00~20:00 |
|          | 8月14日(火) | 9:00~20:00 |
|          | 8月15日(水) | 9:00~20:00 |
|          | 8月16日(木) | 9:00~20:00 |
| 大植橋下流集会所 | 8月16日(木) | 9:00~20:00 |
|          | 8月25日(土) | 9:00~20:00 |

### 談話室からのお知らせ！

風呂追い炊きの工事日程が決定！

8月6日(月)から4~5日間の日程で追い炊き取り付け工事が始まります。一軒につき約1.5時間で工事完了となるそうです。

業者より、各家庭の日程表が来ると思いますが、決まった時刻には在宅の程お願いします。

また、物置の設置も6日と7日の予定だそうです。

交通事故に注意！

今月はお盆の月で県内外にいる、子供や孫たちがたくさん帰ってきて賑やかな家族の団欒を楽しみにしている人達が多くいる事でしょう。車の往来も激しくなると思いますので、交通事故には十分注意して、楽しい一時を過ごしましょう。

### 熱中症対策！

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ので、注意が必要です。

子供の特徴

- \*地面の照り返しにより、高い温度にさらされる。
- \*体温調節機能が大人に比べ未熟である。

高齢者の特徴

- \*汗をかきにくい、暑さを感じにくい。
- \*体温を下げるための体の反応が弱くなり自覚がない。

熱中症予防のポイント

- \*部屋の温度をこまめにチェック！  
(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨め)
- \*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！
- \*のどが渴かなくてもこまめに水分補給！
- \*外出の際は体を締めつけない涼しい服装で、日よけ対策も！
- \*無理をせず、適度に休憩を！
- \*日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！

### 新たなボランティア来所！

今月も新しく来ていただいたボランティアの人達を紹介します。  
愛知県から来てくださった、安藤さん夫妻には1時間半と短い時間でしたが男女合わせて10名の方々がマッサージで身体を解してもらい、また、釜石の梅原さん夫妻と一緒に来てくださった滋賀県の長田實さん一行による民謡と銭太鼓で楽しい時間を過ごす事が出来ました。  
長田さんはこの春に、孵化場の清掃作業のボランティアに参加して上に仮設があることを知り、今度の企画を計画したそうです。  
本当にありがたいことです。



左：長田さん 中央：梅原さん夫妻 銭太鼓の練習中  
右：東梅さん

### 夕涼み会！

7月21日(土)午後4時頃より談話室脇の広場にて、自治会主催丹原さん後援の夕涼み会が行われた。

前日から買い物等準備して、当日3-1越田さんから生イカ、6-1中島さんから味付けのイカ、9-1中村さんから焼酎の差し入れ等もあり、焼きそばや肉を焼きながら、少しのお酒を飲み、子供から高齢者まで多くの人達の参加があり、曇り空で少し寒かったが天気にも恵まれて楽しく懇談出来たことに感謝します。

また、差し入れや準備および後片付けに協力いただき、ありがとうございました。



### 8月の予定表

|       |              |        |
|-------|--------------|--------|
| 8月 6日 | お茶っこの会(社協)   | 10:00~ |
|       | 健康相談         | 13:30~ |
| 20日   | お茶っこの会(社協)   | 13:30~ |
| 23日   | 住民意向調査(役場)   | 9:00~  |
| 24日   | らくらく体操(地域包括) | 13:30~ |