

元気で

夏を乗り切ろう!

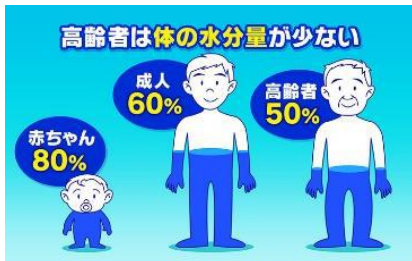


溝口地域包括支援センター所長丸山美香さん（看護師）に、今年の猛暑を乗り切る秘訣を伺いました。

第二 溝口

町会だより

発行人 会長 星野憲司



一番のコツは、熱中症の予防です。暑さで、水分・塩分が不足し、脈拍・呼吸がはやくなり、めまいや吐き気・けいれんなどが起ります。急に気温や湿度が上がったときにかかりやすく、寝不足や栄養不良ではなおさらです。

防ぐには、水と塩分をしっかりとることです。高齢になると、のどの渇きに気づかないこともあるので、渴く前に飲むのがポイント。水やお茶

をコップ1杯(約200cc)1日、1.5リットルほどがおすすめです。

二番目は、食中毒にご用心。家庭でも細菌は発生しますので、「清潔な台所」をキープしてください。冷蔵庫は10度以下、冷凍室はマイナス15度が目安。食材は早めに使うのと、こまめな手洗いは調理の基本です。



鈴木さん(右)と齊藤さん

◆**防災に励む**◆

各種防災訓練の企画・推進や、市の補助金をもとに、器具備品を計画的に購入して、災害時に備えています。

また、高津消防団溝口分団長をつとめ、訓練、災害時の出動、広報活動等、町の安全を確保する一翼を担っています。

皆さん、私たちを出動させ

役員紹介

町をまもる

高津小北の消防分団倉庫。消防車や防災資機材が収納されています。



溝口分団器具置場

◆**地元へ貢献**◆

団にはいつて三年、火災鎮火に消防車で二回出動しています。消火のほか各種訓練を繰り返し、今では新人を指導する役割を担っています。

仕事を終えての夜間訓練や休日返上はきついけど、やりがいを感じています。また団に入ったことで沢山の知り合いが地元でできとも心強いです。

青少年指導員・広報委・HP管理者 齊藤倫平

◆**防災に励む**◆

各種防災訓練の企画・推進や、市の補助金をもとに、器具備品を計画的に購入して、災害時に備えています。

また、高津消防団溝口分団長をつとめ、訓練、災害時の出動、広報活動等、町の安全を確保する一翼を担っています。

皆さん、私たちを出動させ

防火・防災部長 鈴木輝雄

◆**地元へ貢献**◆

団にはいつて三年、火災鎮火に消防車で二回出動しています。消火のほか各種訓練を繰り返し、今では新人を指導する役割を担っています。

仕事を終えての夜間訓練や休日返上はきついけど、やりがいを感じています。また団に入ったことで沢山の知り合いが地元でできとも心強いです。

新設保育園訪問

六月七日(木)高津小北側の新設保育園を、町会の民生委員児童委員らが訪問しました。

上原施設長に木造2階建てバリアフリーの館内を案内願いました。船底の天井、薄緑色のやわらかい色調の通路、広く安全な階段、子どもでは開けられない階段うすの扉、清潔な給食調理室、照明付きグラウンド等々



スターチャイルド高津溝口ナーサリー



色彩豊かな手洗い



夜も使える園庭



落ち着く風情の和室

同園が目指しているというヒューマンティ豊かな施設と多彩なスタッフに驚きました。0歳から4歳児までの45人(定員60人)は、寝返りしても安全な個別ベッドで午睡中。

2階の畳部屋(茶室兼用)でおうすを頂戴しながら、20時までの預かりや、今後の行事予定、地域との交流計画などを話し合いました。

日本赤十字募金

合計 199,400円

平成30年5月20日

班	金額	班	金額	班	金額
1	2,500	25-2	5,000	45	3,000
6	2,600	26	500	46	5,000
7	2,300	27の1	6,500	47	6,000
8	1,000	27の2	5,500	48	2,500
10	4,000	28	1,500	49	4,500
11	3,000	29	3,000	50	3,500
13	1,600	30	4,400	51	4,000
14	3,500	34	9,500	52	4,500
15	5,000	35	2,500	53・54	6,000
17	1,500	36	2,500	55	6,500
20	4,500	37	4,500	56	4,000
21	1,000	39	3,000	57	6,000
22-A	4,000	40	3,000	58	5,500
22-B	4,000	41	3,000	59	4,000
23	1,000	42	3,000	60	3,000
24	2,500	43	3,000	62	5,000
25-1	4,500	44	4,500	JP高津社宅	3,000
アールプランニ子多摩川レジデンス					10,000

道路改修

溝口3丁目の道は、雨が降ると大きな水たまりができていました。町会から区へ申請、アスファルトを盛り、埋設下水管への浸透柵をつくり、靴をぬらすと通れるようになりました。

浸透柵が付いた道路



柳下久光さん

民生委員活動二十年



川崎市長からの謝状

掲示板

七月二四日区民祭前の溝口緑地公園除草

七月二八日(土)

十三時高津子ども祭り 高津小学校

七月二九日(日)高津区民祭

八月五日(日)溝口緑地公園

清掃ボランティア

八月(予定)「米寿のお祝い」

案内

九月八日(土)宵宮(神酒所)

溝口緑地公園入口)

九月九日(日)溝口神社例

大祭

編集後記

今年の4町会合同防災訓練は、雨天のため中止になりました。全国各地で想定外の災害が多く起きていますが、あなたの備えは大丈夫?(星)

広報委員/山田八重子・横山 滋・林美代子・齋藤倫平・波根正城・星野憲司