

# センターだより

第2号 令和2年7月9日

小松島市青少年健全育成センター

## 夏季の過ごし方

今年は新型コロナウイルスの影響で夏休みが短縮されるなど例年とはちがった夏となりますが、コロナや暑さにまけないで元気に乗り切りましょう。

今年も5月末から学校が始まるとさっそく不審者情報が多く寄せられています。「いかのおすし」を忘れないようにして、**自分の命は自分で守る**という心構えで有意義に楽しくすごしてください。また、全国各地で交通事故なども多発しています。事件・事故に巻き込まれないように注意してすごしましょう。

## 夏祭り等特別補導計画

今年の小松島港まつり、坂野御嶽神社祭、上勝夏祭りは中止になりました。

勝浦夏祭りについては8月16日(日)に実施予定となっています。実施の際にはパトロール等を行います。



## 第43回「防ごう！少年非行」市民総ぐるみ運動

主唱 青少年育成小松島市民会議

7月1日(水)から8月31日(月)までの2ヵ月間、第43回「防ごう！少年非行」市民総ぐるみ運動が展開されています。健全な街づくりのため、家庭・学校・地域が連携してご協力くださるようお願いいたします。

スローガン

- 地域の絆と輝く未来！！  
とくしま若者応援宣言—
- (1) みんなで防ごう 少年非行
  - (2) みんなで進めよう 環境浄化
  - (3) みんなで築こう 明るい家庭
  - (4) みんなで育てよう 自立の芽



小松島市青少年健全育成センター

電話・FAX (0885) 32-1398

電話相談 (0885) 32-5560

(なんでも相談ください。秘密は守ります。)

新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」について  
国が想定した「新しい生活様式」の具体的なイメージです。

## 感染防止の3つの基本(身体的距離の確保, マスクの使用, 手洗い)

- ・人との間隔は、できるだけ2メートル空ける。
- ・遊びに行くのなら屋内より屋外を選ぶ。
- ・会話は、できる限り真正面は避ける。
- ・症状がなくてもマスクを着用する。
- ・家に帰ったらまず手や顔を洗う。
- ・手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う。

## 日常生活での基本的な生活様式

- ・まめに手洗い・手指消毒
- ・咳エチケットの徹底
- ・こまめに喚起
- ・身体的距離の確保
- ・「3密」の回避(密集・密接・密閉)



今年の夏は猛暑が予想されています。熱中症にも注意をしましょう。

熱中症は、高温下で体温調節がうまく働かなくなり体内に熱がこもってしまうことで発症します。

主な症状：たちくらみ、筋肉痛、大量の発汗、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、意識障害、けいれん、手指の運動障害、高体温など

## 熱中症の予防

- ・暑さを避ける：なるべく日陰を歩く、帽子や日傘の使用など。  
家の中ではエアコンなどを使って適度な温度・湿度を保つ。
- ・服装の工夫：吸水性や通気性に優れた素材の服や下着を着用する。
- ・こまめな水分補給：のどが渇く前に水分補給をする。  
暑い日には知らず知らずのうちに汗をかいている。
- ・暑さに備えた体作り：日頃から軽い運動で汗をかく習慣を身につけておく。  
暑さに体を慣らしておくことが大切です。

## 熱中症になったら

- ・風通しの良い日陰やクーラーの部屋など涼しい場所に移動させる。
- ・衣服を緩めて体内の熱を逃がす。アイスパックなどを当てて冷やす。
- ・水分と塩分の補給をする。スポーツ飲料なども良い。
- ・意識がない場合は救急車を呼ぶ。

令和2年度「親子ふれあい体験」は中止となりました。  
但し、「和田島なぎさ会(地引き網, バザー等)」は実施の予定です。