

電子図書館を利用してみよう！

町内の方の利用登録を受付中です。利用ガイドなど詳しくは二次元コードからご覧ください。



New!!

新刊案内



一般書

- 『たのしい保育園』滝口 悠生 / 小説
- 『ミス・パーフェクトの憂鬱』横関 大 / 小説
- 『最悪の相棒』伏尾 美紀 / 小説
- 『父の回数』王谷 晶 / 小説
- 『普通の底』月村 了衛 / 小説

児童書

- 『ぺぺごうでしゅっぱーつ!!』岩佐 めぐみ // 作 / 絵本
- 『にゅーつでたよでたよ』長 新太 // 作 / 絵本
- 『ちょっとだけともだち』なかがわ ちひろ // 作 / 絵本

7月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

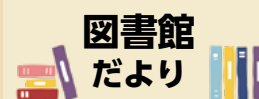
■ 休館日

- おはなし会 11 時～
- にこにこほっぺのおはなし会 11 時～
- ひろたのみんなのおはなし会 11 時～
- 特別版よるのおはなし会 18 時 30 分～



砥部町立
図書館 HP は
こちらから

Let's go
to the library



開館時間

9 : 00 ~ 18 : 00

休館日

毎週火曜日

(火曜日が祝日のときは
翌日水曜日が休館)

図書整理日や
蔵書点検期間
年末年始も
お休みします

砥部町立図書館

☎(962)4400

消防だより

熱中症を防ぎましょう！

7月は熱中症が急増

熱中症は、体内での水分調節や体温調節がうまくとれなくなることで、めまいや頭痛がしたり、重症の場合はけいれんや意識障害といった症状が起きます。

熱中症の分類と症状

I 度 (軽症)	めまい・たちくらみ・生あくび・筋肉痛・筋肉の硬直（こむらがり）・大量の発汗
II 度 (中等症)	頭痛・集中力や判断力の低下・嘔吐・倦怠感・虚脱感
III 度 (重症)	意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温

自力で水が飲めない、意識がない場合はすぐに救急車を呼びましょう！II 度以上の場合は、医療機関での対応が必要です。

外出時には

帽子や日傘を使用し、風通しのよい衣服を着用するようにしましょう。

熱中症を防ぐには

高温はもちろん、湿度が高くなる場所を避け、バランスのよい食事と十分な睡眠、水分をしっかりと取ることが大切です。

屋内で過ごしていても注意

熱中症の発生は、若年層では屋外でのスポーツ中や作業中に多いのですが、高齢者では屋内での発生が約半数を占めています。

屋内で過ごしているからと安心をせず、エアコンや扇風機など使用して室内の温度を調整しましょう。

また、感覚に頼るのではなく、室内に温度計・湿度計を設置して具体的な室温と湿度を確認するようにしましょう。

部屋の温度を確認!!

30℃



岡砥部消防署 ☎(962) 2119
広田出張所 ☎(969) 2121