

図書館だより

●開館時間●

9:00～19:00

●7月の予定●

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

■ ひろたのみんなのおはなし会

■ ここにこほっぺのおはなし会

砥部町立図書館

☎ (962) 4400

電子図書館で読書を
楽しみませんか？
町内の方の利用登録を
受付中です！
詳しくはホームページを
ご覧ください。



新着紹介

『継ぐ者』

『踏切の幽霊』

『朝星夜星』

上田 秀人

高野 和明

朝井まかて



『タイム・オブ・デス、
デート・オブ・バース』

窪 美澄
筑摩書房 刊

都心の古ぼけた団地で、姉と二人
つつましく暮らすみかげ。明るい
未来が思い描けず「死」に惹かれる
彼女の前に、団地警備員を名乗る
老人が現れ、日常は変わり始めて
いく…。『ちくま』連載を単行本化。



『好きになって
しまいました。』

三浦 しをん
大和書房 刊

「キョン」のある毎日は、おおも
ね幸せです！。愛と笑いと妄想に
満ちた三浦しをんの日常、ときどき
非日常。2012年から2022年の
あいだにいろいろな雑誌・新聞で
書いたエッセイをまとめる。



『そして誰も
ゆとらなくなった』

朝井 リョウ
文藝春秋 刊

腹痛との戦い、催眠術体験、10年
ぶりのダンスレッスン、引越し
あれこれ…。一生懸命生きていたら
生まれてしまったエピソード全20
編を収録した、頭からっぽで楽し
めるエッセイ集。

消防だより

熱中症を防ぎましょう！

熱中症は予防が大事！

7月は熱中症が急増する季節です。
熱中症を防ぐためには、場所に
応じた対策を取ることが重要です。

屋外では

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 天気の良い日は、日中の外出を
できるだけ控える

室内では

- 扇風機やエアコンで温度を調節
- 遮光カーテン、打ち水を利用
- 環境省が発表している暑さ指数
(WBGT値) も参考に

こまめに水分補給をしましょう

室内でも屋外でも、どの渴きを感じていなくても、こまめに水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給しましょう。

体の蓄熱を避けるために

通気性がよく、吸湿性・速乾性のある衣服を着用しましょう。
保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やしましょう。

熱中症の分類と症状

I度 (軽症)	めまい・失神・筋肉痛・ 筋肉の硬直・大量の発汗
II度 (中等症)	頭痛・不快感・吐き気・ 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

※II度以上の場合
医療機関での対応が必要です。
※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！

熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ

エアコンの効いた室内や
風通しのよい日陰など
涼しい場所へ避難させる

水分補給

水分・塩分・スポーツ
ドリンクなどを補給する

体を冷やす

衣服をゆるめ、首の周りや脇の下、
足の付け根などを冷やす



☎ 砥部消防署
☎ 広田出張所
(962) 2119
(969) 2121