

## 第34回

# B & G 杯争奪ゲートボール大会

〔5月14日(火) ふれあいゲートボール場〕

優勝 積丹Aチーム  
準優勝 積丹Bチーム



町民みんなでスポーツ習慣を!

# 海洋センターで「健康づくり」

## 体験教室 「運動会・陸上競技大会トレーニング」

〔5月16日(木) B & G 海洋センター〕

参加した小学生16名は、講師の菊池トレーニンングコーチから、各競技におけるトレーニング、ケガを防ぐための準備運動やストレッチの基本まで幅広く学び、真剣に耳を傾けていました。  
参加した児童は、運動会に向けて熱心にトレーニングを行っていました。



## 第35回

# 町内ソフトバレーボール大会

〔5月24日(金) B & G 海洋センター〕

優勝 チームぶどうのめぐみ  
準優勝 チームりんごのほっぺ  
3位 チーム安全第一



町教育委員会生涯学習課では、町民の皆さんのスポーツ活動を通じた「健康づくり」や交流を深めることを目的に教室などを開催しています。

開催情報は、IP告知端末等でお知らせします。  
また、広報しゃこたん「こよみ」コーナーにも掲載しますので、ぜひご覧ください。  
たくさんのご参加をお待ちしています!

## 今月の納期

- 上下水道使用料金 5月分  
納期限 6月28日(金)
- 住宅使用料 6月分  
納期限 7月1日(月)
- 町道民税 第1期  
納期限 7月1日(月)

(注) 口座振替をご利用の方は、6月25日(火)に引落としになりますので、前日までに残高の確認をお願いします。

また、失業、転職、病気などの理由により納期内納付が困難な方は、放置せず相談してください。そのまま放置すると、督促状が送付され、その後も納付・相談がなければ、滞納処分(預金、給与、不動産等の差押)となりますので、そのような事態になる前に、早めに相談してください。

【問合わせ先】 役場税務課 TEL44 - 3384

# 北後志消防組合積丹支署

## — 消防ニュース —



日司女性防火クラブ



美国女性防火クラブ



野塚女性防火クラブ

### 積丹女性防火クラブ 総会・勉強会

3～5月に積丹女性防火クラブ（美国、婦美、幌武意、入舸、日司、野塚、余別）の各地区で、総会及び勉強会を実施しました。

勉強会では、ケガに対する応急手当や119番通報のほか、災害に備えた防災学習などを行いました。

また、災害時に避難所で使用する段ボールベッドの作り方を消防隊員に教わり、実際に組み立てた参加者はみな「非常に」常時に行動できるように」と真剣な姿勢で取り組みました。

### 山菜採りの遭難に注意！



後志管内では、毎年、雪解けにより山菜が多く採れる4～6月頃に遭難事故が多発しています。

遭難者の多くは、60代～8代の高齢者で、山菜採りに夢中になるあまり道に迷ったり、体力を消耗することで自力での下山が困難になり救助を要請する場合があります。

山に入る際は、携帯電話や笛、熊鈴を忘れずに用意し、行き先を家族に伝え2人以上で入山しましょう。

山での事故に十分注意し、山菜採りを楽しんでください。

## 「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します

厚生労働省では、職場での熱中症予防対策を進めていくため、5月から9月までを期間として「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。

昨年は北海道内でも猛暑の影響で、職場での熱中症が153件（休業1日以上）と急増し、過去最多となりました。熱中症の発生は7月・8月に多く発生していることから、これらの時期に向け早い段階から予防対策に取り組むことが必要です。

取り組みにあたっては、熱中症予防のための指標である「暑さ指数（WBGT値）」の活用、設備対策、衛生教育などを実施願います。

熱中症に関する資料や講習動画等を用意していますので、詳しくは熱中症に関するポータルサイトをご覧ください。

### 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



作業着を脱がせ

**水をかけ** 全身を急速冷却

#### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

#### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

#### 仕事中のチェック

- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩



詳しくはコチラ

