

催し

あさもよし歴史館 企画展・企画展講座
「紀の川流域の弥生文化」 【あさもよし歴史館】

紀の川流域の弥生文化に関する企画展と企画展講座を開催します。ぜひご参加ください。

- 企画展
 - 開催期間 8月31日(金)まで
 - 時間 午前9時～午後5時
- 企画展講座
 - 日時 7月14日(土) 午後1時30分～3時
 - 定員 先着30人
 - 受講料 無料
- 場所・申し込み・問い合わせ
あさもよし歴史館 ☎33-0211

地域防災リーダー育成講座
「紀の国防災人づくり塾」 【危機管理室】

自主防災組織や企業などで防災に関わる中心的な担い手となる地域防災リーダーを育成するための講座で、修了者にはNPO法人日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験」の受験資格が付与されます。

- 日程 9月2日(日)・30日(日)、10月14日(日)・27日(土)
- 時間 午前9時～午後5時頃
- 場所 和歌山市役所
- 定員 60人程度
- 受講料 無料(資格取得にかかる経費は別途必要)
- 申込期間 7月17日(火)～31日(火)
- 申し込み・問い合わせ
県庁 防災企画課 ☎073-441-2271
- 防災士資格取得の経費の一部を助成します
「橋本一世の会」では、標記講座を受講し、防災士資格取得試験に合格された市民を対象として、受験料などの経費の一部を助成しています。助成に関する問い合わせは、「橋本一世の会」事務局(橋本商工会議所内) ☎32-0004までお願いします。

駅前にぎわいパフォーマンス
【シティセールス推進課】

7月は地元の橋本ブロック(橋本地区公民館)の納涼盆踊り大会にあわせて、夜店を出店します。ぜひお越しください。



- 日時 7月28日(土)(雨天の場合は翌日に順延) 午後7時～9時
- 場所 橋本駅前広場 ※有料駐車場があります。
- 問い合わせ
はしもと広域観光案内所 ☎33-3552
午前9時～午後5時(水曜日を除く)

財産区議会議員一般選挙立候補予定者説明会
【選挙管理委員会】

8月19日(日)執行の山田地区財産区および山田吉原財産区議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を開催します。

- 日時 7月20日(金) 午後1時30分～
- 場所 山田地区公民館
- 問い合わせ 選挙管理委員会

相談

就職相談(無料)のお知らせ
【シティセールス推進課】

専門のキャリアコンサルタントなどが個別相談や職場体験、スキルアップ講座などを通じて、就労に向けた支援を行います。なお、事前に予約が必要です。

- 対象 15歳～39歳の人とその家族
- 日程 月曜日～金曜日(祝日を除く)
- 時間 午前10時～午後6時
- 予約・問い合わせ
若者サポートステーションWith Youきのかわ(市脇一丁目1番6号 JA橋本支店ビル2階) ☎33-2900

平成30年度 自衛官などの募集について

募集種目	受験資格	受付期間	試験期日【一次】
自衛官候補生	18歳～27歳未満	年間を通じて受付	受付時にお知らせします。
一般曹候補生	18歳～27歳未満	7月1日(日)～9月7日(金)	9月21日(金)～23日(日)のうち1日
航空学生(航空)	高卒～21歳未満	7月1日(日)～9月7日(金)	9月17日(祝)
航空学生(海上)	高卒～23歳未満	7月1日(日)～9月7日(金)	9月17日(祝)
防衛医科大学校医学科学生	高卒～21歳未満	9月5日(水)～28日(金)	10月27日(土)・28日(日)
防衛医科大学校看護学科学生	高卒～21歳未満	9月5日(水)～28日(金)	10月20日(土)
防衛大学校学生(推薦)	高卒～21歳未満	9月5日(水)～7日(金)	9月22日(土)・23日(日)
防衛大学校学生(総合選抜)	高卒～21歳未満	9月5日(水)～7日(金)	9月22日(土)
防衛大学校学生(一般)	高卒～21歳未満	9月5日(水)～28日(金)	11月3日(祝)・4日(日)

- 願書請求・問い合わせ 自衛隊橋本地域事務所 ☎32-0744

熱中症は予防が大切です

熱中症の発生は7月から8月がピークになります。熱中症による死亡事故は毎年多発していますが、熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。

一人ひとりが熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに周囲の人にも気を配り、熱中症の予防に努めましょう。 【健康課】



熱中症とは

気温や湿度が高いため体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能が働かなくなったりすることによって引き起こされるさまざまな症状のことです。

屋外で活動している時だけでなく、就寝中など室内にいる時でも熱中症になる場合があるので、注意が必要です。

高齢者や子どもは、体温の調節機能が働きにくかったり、のどの渇きを感じにくかったりする傾向にあるため、自覚症状のないまま熱中症になることがあるので、周囲が注意深く見守りましょう。

熱中症の症状

熱中症の症状には、めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、体のだるさなどがあります。

また、重症になると、会話の受け答えがおかしい、意識がない、体が引きつる、まっすぐに歩けないなどの症状が出ます。

熱中症予防のポイント

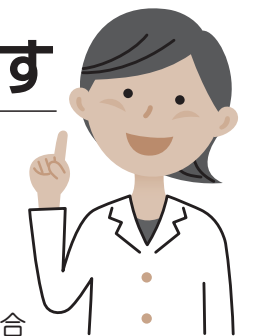
1. こまめに水分や塩分を補給しましょう。
2. 扇風機やエアコンなどで、こまめに温度調節をしましょう(無理な節電はせず、体調や家屋にあった適切な使い方をしましょう)。
3. 通気性の良い服装をして、熱がこもらないようにしましょう。
4. 帽子や日傘で、暑さを避けましょう。
5. 気象情報や熱中症情報を確認しましょう。

熱中症の症状があらわれたら

- ①涼しい場所へ移動し、衣類をゆるめ、横になる
- ②体に水をかけたり、濡れたタオルをあてたりするなどして、体を冷やす(特に脇の下や太ももの付け根など)
- ③水分や塩分を摂取する
※水が飲めないときや意識がないとき、様子がおかしいときは、すぐに救急車を呼び、医療機関を受診してください。

がん検診の無料クーポン券を送付します

市では、対象年齢の人に子宮頸がん・乳がん検診の「無料クーポン券」を送付します。クーポン券を利用することにより、対象のがん検診を無料で受診できます。がんの早期発見と健康管理のために、ぜひ受診してください。 【健康課】



- 対象
平成30年4月20日時点で橋本市に住民登録があり、下記対象年齢に該当する女性。

●子宮頸がん検診

対象年齢	生年月日
20歳	平成9年4月2日 ～平成10年4月1日

●乳がん検診

対象年齢	生年月日
40歳	昭和52年4月2日 ～昭和53年4月1日

- クーポン券利用期限
平成31年2月28日(木)まで

- 受診方法
 - 市の集団検診で受診する場合
乳がん検診は、保健福祉センターや各地区公民館などで実施します。受診を希望する人は健康課まで申し込んでください。
 - 医療機関で受診する場合
無料クーポン券に同封する案内に記載されている実施医療機関に直接申し込んでください。
- 橋本市のがん検診をすでに受診した人は
対象となる人で、4月1日以降に実施医療機関で受診した人は自己負担金を還付します。詳しくは、クーポン券に同封する案内をご覧ください。
- 問い合わせ 健康課 ☎33-6111