



# みてくな～んしよ 第75号

発行:山舟生自治振興会 令和2年9月1日



## 9月のご案内

- 令和2年度敬老祝賀会中止に  
\*交流館での祝賀会は中止\*
- いきいき学級、さわやか女性教室  
合同学習会の案内  
9月28日(月)午前10時～  
地区交流館
- 農村広場、農村公園草刈り作業  
9月27日(日)午前5時30分～  
広場一大小・3区町内会  
公園一三和・6区町内会
- 地区体育祭中止



## 令和2年 敬老会中止について

盛夏の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。また日頃より何かとご指導ご協力いただいておりますことに厚く御礼申し上げます。

さて、例年9月には地区敬老会祝賀会を開催しておりましたが、今般のコロナウイルス感染拡大のため今年の交流館にての敬老会は中止させていただきます。

つきまして、ことは敬老者に対し自治振興会から記念品を贈る予定であります。楽しみにされていた皆様には、大変恐縮ですがご了承お願いいたします。

自治振興会保健福祉部

## 熱中症予防のため

自治振興会

まだまだ暑さが続く今日この頃です。皆様がんばっていますでしょうか。今回は熱中症対策についてです。

まずは、暑さを避けるため、

※室内では、扇風機やエアコンで温度を調節、遮光カーテン、すだれ、打ち水等

※外出時には、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、日中の外出を控える

※からだの蓄熱を避けるため

通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する。保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす。

※こまめに水分を補給する

室内でも外出時でも のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分・経口補水液などを補給する。

熱中症の症状として、めまい・立ちくらみ・手足のしびれ・筋肉のこむら返り・気分が悪い・頭痛・吐き気  
倦怠感・嘔吐・虚脱感・いつもと様子が違う。

## 伊達市長の講話を聴く会について

山舟生いきいき学級・さわやか学級合同学習会  
9月28日(月)午前10時 山舟生地区交流館・大研修室  
(事前に市の方へ質問内容等を提出します)



## 令和2年度 感染症対応型防災訓練を実施

8月18日(火)午後1時30分 梁川総合支所3F 参加人数約30名  
市内での感染症拡大中に災害が発生したことを想定した避難所設置及び運営の訓練が行われました。危険な場所にいる人は、避難が原則です。安全な場所にいる人まで避難場所へ行く必要はない。避難先は安全な親戚・知人宅に避難することも考えましょう。マスク、消毒液、体温計はできるだけ自ら携帯する。車中泊する場合は周囲を十分確認する。3密を避ける。部屋の換気を十分にすること。

防災環境部

## さわやか女性教室

8月22日(土)新聞紙エコバック作成教室、佐藤朝子さんを講師に生涯学習指導員の斎藤敏郎先生と教室生12名でエコバックを作成、新聞紙2枚で手軽に作ることができました。  
幕田純子



## いきいき学級健康学習教室

8月24日(月)地区交流館「元気な高齢者が地域を救う」をテーマに保原町円福寺住職・石井祐聖様にご講話くださいました。

\*人生の過ごし方\*

○なるようになる心配するな!! 過去を追うな⇒後悔すると愚痴・未来を追うな⇒不安から文句を言う。○愚痴文句は心の赤信号。自分のしたこと・しなかったことを見る⇒劣等感で卑屈、優越感で高慢。○他人と比べない。○正しく生きる⇒周りを変えるのではなく自分を変える、苦しみを消すには自分を変えるしかない。皆に好かれる人よりも皆を好きになる人に。



## 羽山神社本殿屋根修繕終了

かねてより心配されておりました羽山神社本殿屋根の損傷箇所がこの度修繕されました。関係者の皆様のおかげで無事終了しました。

羽山神社総代会



## おもしろ川柳コーナー (山の爺や)

- 夫婦仲 冷え切っても 暑い夏
- おしっこが 出来ぬパンツ 後前
- 紙オムツ 孫のいぬまに はいてみる
- へんなオッパイ孫笑う 引力だよ

「編集後記」新型コロナ騒ぎに猛暑続きで、地区の皆様におかれましては、相当体がきついですね。暑さに関してはもう少しだと思われそうですが、コロナについては先が見えません。くれぐれもご注意ください。