



# 大東市立

# 7月号



# 野崎人権文化センターだより

あふれる笑顔、幸せのまちづくり。礎に人権尊重。

## 熱中症に気を付けましょう！

熱中症は夏に多いと思われがちですが、梅雨の晴れ間や梅雨明けの時期にも注意が必要です。また、環境だけではなく、体調も関係してきます。周りの温度に体が対応することができず、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調整機能がうまく働かないことが原因で起こります。熱中症対策で大切なのは、こまめな水分補給です。人の体は60%が水分でできています。体の水分を失うと脱水症状になり、頭痛や吐き気を起こしたり、死に至ることもあります。新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクを着用していますが、マスクによる熱中症のリスクも高まります。野外で人と十分な距離（2m以上）が離れている場合は、マスクをはずすなどの工夫も必要です。熱中症にならないように早めの予防・対策をしましょう。

### 熱中症対策

- ・暑さを避けましょう。（屋外では日傘や帽子、涼しい服装、涼しい時間帯）
- ・のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。（外出時には水分を持って行く。大量に汗をかいた時には塩分補給も忘れずに）
- ・換気をしつつエアコンを使用しましょう。
- ・暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう。

高齢者の熱中症は半数以上が自宅で発生しています。

エアコンなどを使用し、自宅を涼しくし、こまめに水分補給をすることが大切です。



## 大東市立野崎人権文化センター

開館時間：月～土曜日 9：00～22：00 休館日：日・祝日・年末年始  
TEL：072-879-1551 FAX：072-879-1552 MAIL：info@nozaki-jinbun.net



Facebook ページ  
<https://www.facebook.com/daitonozaki.jinbun>



ホームページ

<http://nozaki-jinbun.net>



## ゆびでかくパステルアート ~♪水車小屋♪~

指をつかって描くので、絵が苦手な人でも楽しめます。  
心が穏やかになり、みんなが笑顔になれるパステルアート。ぜひ体験してみませんか♪

- \*と き 7月16日(金)  
10:00~12:00
- \*費 用 800円
- \*対 象 15歳以上
- \*募集人数 8名(多数の場合は抽選)

講師：そらいろのたね。rikaさん



参加ご希望の方は、7月10日(土)までに  
来館または電話かFAXにてお申込みください。

## ジェルキャンドルを作ろう!

- \*と き 7月21日(水)  
14:00~16:00
- \*費 用 900円
- \*対 象 15歳以上
- \*募集人数 6名(多数の場合は抽選)



参加ご希望の方は、7月10日(土)までに  
来館または電話かFAXにてお申込みください。

もっとリラックスしてスピードをゆるめた生活をしよう

## 「なごみ」スペースに参加してみませんか♪

指先を動かしたり、おしゃべりしたり…毎月、折り紙などでいろんな作品をつくっています。

- \*と き 毎月第2・3木曜日 9:30~11:30  
7月は、8日・15日です。
- \*費 用 無料 ※一部、材料費要
- \*対 象 15歳以上
- \*持 ち 物 折り紙・はさみ

折り紙などでいろんな  
作品を作っています。  
お気軽にご参加ください♪



## 楽しくつくろう！なごみキッチン ～♪桜餅を作ります♪～

- \*と き 7月29日（木）・30日（金）  
①10：00～12：00 ②14：00～16：00
- \*費 用 800円
- \*対 象 15歳以上
- \*募集人数 各6名（多数の場合は抽選）
- \*持 ち 物 エプロン・三角巾  
手拭きタオル・食器用ふきん  
台ふき・持ち帰り用容器



参加ご希望の方は、7月10日（土）までに  
来館または電話かFAXにてお申込みください。

## 夏休み小学生対象ゆびでかくパステルアート

～♪パステルでうちわに絵付けします～

指をつかって描くので、絵が苦手な人でも楽しめます。  
心が穏やかになり、みんなが笑顔になれるパステルアート。ぜひ体験してみませんか♪

- \*と き 7月30日（金）14：00～16：00
- \*費 用 600円
- \*対 象 小学生
- \*募集人数 6名（多数の場合は抽選）
- \*持 ち 物 はさみ・筆記用具・雑巾  
持ち帰り用袋

講師：そらいろのたね。rikaさん



参加ご希望の方は、7月16日（金）までに  
来館または電話かFAXにてお申込みください。



予定している講座に関して、  
状況によりやむを得ず変更または中止する場合がございます。ご了承ください。



## 「地域 SOS カード登録推進訪問」を行います

地域 SOS カードとは、持病やかかりつけ医、緊急連絡先などの情報を記入した専用の紙を筒に入れて自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、災害や急病など緊急時の救急活動に役立つものです。令和3年3月末時点で7,523人が登録されています。

この事業の登録推進を目的として、次のとおり登録推進員が訪問活動を行います。

※登録推進員とは、担当地区の民生委員児童委員、校区（地区）福祉委員のことです。

訪問期間：7月中旬～10月末 費用：無料

対象者：令和3年5月1日において次の①または②に該当する人

①65歳以上の単身者 ②75歳以上の人のみで構成される世帯の人

※なお、対象者には3月に訪問希望の有無のハガキを送付しています。

※対象者に該当しない場合でも地域 SOS カードの登録は可能です。

希望する人は大東市社会福祉協議会にお問い合わせください。

問い合わせ：大東市社会福祉協議会 TEL 072-874-1082 FAX 072-874-1828

：大東市高齢介護室 TEL 072-870-0472 FAX 072-872-8080



生活困窮のこと、人権侵害に関すること、就職や進学、不登校や若者のひきこもり等の相談を専門の相談員にお話してみませんか？

相談時間：月曜日～金曜日 9：00～18：00 第1・3土曜日 10：00～18：00

進路の相談は、月曜日・火曜日のみ 20：00まで相談可能です。

※日曜・祝日・年末年始はお休みです。



### 出張相談 ～生活にかかるワンストップ相談会～

生活のこと、お金のこと、なんでもお話してみてください。

「こんなことでもいいの？」と悩まずに、まずはお気軽にお立ち寄りください。

#### 深野よろず相談会

●とき：第1木曜日 13：30～16：00 ●場所：深野園住宅集会所

●費用：無料 ●予約は不要

#### 新田よろず相談会

●とき：第3木曜日 13：30～15：30 ●場所：防災備蓄倉庫

●費用：無料 ●予約は不要 (新田中央公園内)

※状況によりやむを得ず中止する場合がございます。ご了承ください。



問い合わせ：072-879-8810 又は072-879-1818 (FAX 072-879-3611)

ひきこもり相談専用電話 072-879-2010

ホームページ：<http://www.daitonozaki-jinkenkyokai.jp/>

特定非営利活動法人 大東野崎人権協会（大東市立野崎人権文化センター内）

