

いきいき子育て

子育て支援課 ☎72-8260



子どもの熱中症予防について

高温多湿な環境に長くいると、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調整機能がうまく働かなくなりま
す。体内に熱がこもると、熱中症になり、頭痛などさまざまな症状を起こします。屋外だけでなく、屋内でも発症します。特に子どもは、体温調整機能が未発達なため、大人が気を配ってあげることが大切です。

熱中症の症状と対策

熱中症は、めまいや頭痛、おう吐などの症状が見られます。症状が悪化すると、意識障がいやけいれんなどが見られ、場合によっては死亡することもあります。お子さんの

顔がほてっている、おしっこが出ていない、頭痛や腹痛などの症状が見られた時は、熱中症の可能性がありますので、すぐに涼しいところへ移動させ、衣服をゆるめて体を冷やし、塩分・糖分が含まれたイオン飲料を飲ませましょう。それでもよくならない場合はすぐに病院を受診しましょう。

熱中症予防のポイント

- ①のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をさせましょう。
- ②気温と湿度にあわせて衣類を調整してあげましょう。
- ③屋内や車内では、適切なクーラーの使用を心がけましょう。
- ④顔色や汗のかき具合、おしっこの回数や量を観察し、水分補給と休息を取らせましょう。
- ⑤日頃から適度に運動させ、暑さに強い体を作りましょう。
- ⑥子どもだけを車内に残すことは絶対に止めましょう。



国際交流ルーム発



ハロー! まいばれんど 164

「フィールド・トリップ2017」

三陸復興国立公園で爽快大冒険!

フィールドトリップ(外国人と楽しむ体験学習バスツアー)も今年で16回目。今回は、7月9日(日)に大船渡市の碓氷海岸で「穴通磯くぐりあなたおしいそ」を行います。カック船(小舟)に乗って、船頭さんの巧みな操船で奇岩「穴通磯」をくぐり抜ける船上の大冒険!を楽しみます。お昼は自然豊かな碓氷海岸キャンプ場でおいしいバーベキューをします。帰りは、三陸沿岸最高峰五葉山の麓に位置する五葉温泉に立ち寄ります。希望者は天然温泉を堪能しましょう。当日、悪天候により舟に乗船できない場合は、ラベンダーの摘み取り



昨年のフィールド・トリップでは、バームクーヘン作りをしました

体験、ラベンダースティック作りやクラフト作りに変更します。また、陸前高田市・大船渡市の復興状況を視察します。定員は日本人・外国人各先着15人で同ルームの登録者が優先です。料金は小学生以下が2,000円、中学生以上が4,000円です。申し込みは6月28日(水)までに同ルームへ。



昨年のフィールド・トリップに参加した皆さん



電話・ファクス: 63-4497

電子メール: kiah@kitakami.ne.jp

おでんせプラザぐるーぷ3階 生涯学習センター内

開館日: 毎週月-土曜日 午後1時-7時

休館日: 日曜・祝日、第3水曜日、年末年始



スマホが初めての方でも安心!

フルサポート付

- 電話サポート ■端末サポート
- フィルタリングサービス

おすすめポイント



シンプル & 簡単操作で使いやすい!

大手携帯電話会社より月額料金がダンゼンおトク

全国どこでも利用可能! (ドコモ回線)



お申込みお問合せ

北上市第三セクター

北上ケーブルテレビ ☎64-5111



7月のイベントカレンダー

※イベントは変更・中止になる場合があります。

期日	内容	時間	場所
1(土)	おもちゃの修理屋さん	13:00~15:00	生涯学習センター第2学習室
	夏油高原ヒルクライム2017タイムトライアルの部	13:00~16:00	岩崎地区
2(日)	夏油高原ヒルクライム2017ヒルクライムの部	7:30~ 9:10	夏油高原周辺
3(月)	国見橋通行止め開始		国見橋 -10/6
4(火)			
5(水)			
6(木)	北上市民大学	18:30~20:00	生涯学習センター第1学習室
7(金)	手づくり絵本展	9:00~16:30	中央図書館 -7/9
8(土)			
9(日)	普通救命講習 全血献血 おはなし会	9:00~12:00 10:00~12:00 13:30~16:30 11:00~11:30	北上消防署 大会議室 江釣子SCパル 中央図書館
10(月)			
11(火)			
12(水)			
13(木)			
14(金)	第27回北上市交通量調査 全血献血 赤ちゃん向けおはなし会	7:00~19:00 9:30~12:30 14:30~16:30 13:30~14:00	市内30地点 北上榎屋デカル(株) アメリカンワールド北上 中央図書館
15(土)	世界のアゲハチョウ展 おもちゃの修理屋さん	10:00~16:00 13:00~15:00	和賀分館 -9/17 生涯学習センター第2学習室
16(日)	鬼ZZの日 石ころお絵かき&おはなし会	9:00~17:00 10:15~11:30	鬼の館 和賀図書館
17(月)	きたかみ都市ブランド推進フォーラム	13:30~15:30	市民交流プラザ催事場
18(火)			
19(水)			
20(木)			
21(金)			
22(土)	収蔵資料展「民具蒐集家・丹治敬子さんからの贈り物」	9:00~17:00	博物館本館 -10/30
23(日)	鬼の館芸能公演(口内鬼剣舞)	13:30~14:30	鬼の館
24(月)			
25(火)			
26(水)	大人名画座	10:30~12:10	中央図書館
27(木)	こども映画会スペシャル	10:30~11:30	中央図書館
28(金)	こども映画会スペシャル	10:00~11:00	江釣子図書館
29(土)	こども映画会スペシャル こどもアートスクール	10:30~11:30 10:30~12:45	和賀図書館 生涯学習センター
30(日)	納税相談臨時窓口	9:00~16:30	本庁舎地下食堂
31(月)			



中央図書館 ☎ 63-3359
 江釣子図書館 ☎ 77-2215
 和賀図書館 ☎ 72-2322
 中央図書館のホームページ
<http://www.library-kitakami.jp/>

《おすすめ新着本》

『「地方創生」時代の中小都市の挑戦』

関 満博 / 著
新評論

地方圏の中小都市の中で、人口を維持し、活発な産業活動で注目されている私たちのまち北上市。人々の懸命な思いでできた産業集積都市の成果と課題がまとめられています。ぜひ一読を。



『ねことさかなとなみぼうず』

わたなべ ゆういち / 著
フレーベル館

いつも仲良し、ねことさかなの「ねことさかな」シリーズの本。今回は、砂浜に流れついた板で波乗りを楽しみます。絵が飛び出す、楽しいポップアップの仕掛け絵本です。



《6月の新着本から》

- ▼ 大合格 中田 敦彦
- 一般書 大正期の結婚相談 桑原 桃音
- 民生委員のための相談面接ハンドブック 小林 雅彦
- 泣きなくなったあなたへ 松浦 弥太郎
- ▼ 児童書 10代のための仕事図鑑 大泉書店編集部
- 鳥の巣つろう 鈴木 まもる
- ケータイクんとフジワラさん 市川 宣子
- おばあちゃんがこどもだったころ 菅沼 孝浩

開館時間

中央図書館	火~金曜日	9:00~19:00
	土・日曜日、祝日	9:00~18:00
江釣子図書館	火~日曜日(祝日を除く)	9:00~17:00
和賀図書館	火~日曜日(祝日を除く)	9:00~17:00

休館日

月曜日(祝日の場合は翌平日)、祝日(江釣子・和賀図書館のみ)、年末年始(12月28日~1月4日)、特別整理期間

きたしん地域応援定期預金

サマーキャンペーン

2017
取扱期間 6月1日(木)~8月31日(木)

抽選で
100
 名様に

北上市・西和賀町 抽選予定日 平成29年9月

「ふるさと納税」の返礼品をプレゼント!

金利 《期間》1年/3年 **店頭表示金利 +0.020%**
 定期預金10万円以上の新規預け入れ、または増額書替の個人のお客様限定

※詳細はホームページまたは窓口でご確認ください。
<http://e-shinkin.net>



北上信用金庫
 平成29年6月1日現在