

クーリングシェルター 開放

熱中症特別警戒アラートが発表された場合、クーリングシェルター（外出中の暑さをしのぐ場所）として開放します。右横のポスターが目印です。お気軽に涼みにいらしてください。

【開放時間】 月～金曜日（祝日を除く）
 午前8：30～17：15

【熱中症対策】 熱中症警戒アラートの確認・適切なエアコンの使用
 こまめな塩分、水分の補給など



地域景観ボランティア チェーン着脱場整備

7月3日（金）、(株)島建の皆さん、子どもの村小学校の児童の皆さん、北谷町の有志の皆さんの総勢約40名で、中尾地区チェーン着脱場の花壇にて、防草シートの張替え、除草、花植えなどの環境整備を行いました。参加者の協力により、花壇の景観が明るく保たれました。今回は、(株)島建さんの発案で、浜辺に漂着したブイを再利用し、花を植えられるように加工した「ブイプランター」を制作しました。丸みのあるブイの形を生かした、かわいらしい作品となっており、来場者の皆さんに楽しんでいただけるものとなっています。完成したブイプランターは、「山の駅・よろっさ」前に並べてあります、お近くにお越しの際は、ぜひご覧ください。



K・Y

北谷町自衛消防隊及び自主防災組織合同訓練 実施

7月12日（日）、北谷町として初めての防災・自衛消防隊合同訓練を河合地区で行いました。消防署員の立ち合いのもと、ポンプ車のエンジン始動や放水手順など基本操作を確認しました。訓練では、エンジンが一度で始動しない場面やホース連結の規格違いが見られ、改めて定期的な訓練の重要性を実感する機会となりました。



K・Y

風鈴を見に行こう！

設置期間：8月8日（土）～8月23日（日）

※諸事情により変更有り

問合せ先：谷もりあげ隊 秋田 得一（090-2770-8495）

北谷町コミュニティセンター（山の駅 よろっさ）

方堂（0779-83-1030）まで



谷 はやし込み行列

日時：8月15日（金）15：00～

谷教会から伊良神社まで行列が練り歩きます。

問合せ先：北谷町コミュニティセンター TEL：83-1030

※混雑が予想されます。お車でお越しの際は十分お気を付けください。



音楽交流会が開催されました！！

7月5日（日）、北谷町コミュニティセンターにてジャズ演奏会が開催されました。勝山市のジャズ愛好会の皆さんが集まり、各地で演奏活動を続けておられるとのことです。普段あまり触れる機会のないジャズですが、実際に聴いてみると心地よく、魅力を感じられるひとときとなりました。見学された方からは「バックの景色が演奏をより良く響かせていた」との声も寄せられました。次回の演奏会は8月11日（火・山の日／休日）に開催されます。見学は自由ですので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。



K・Y

ドローン空撮36回目



今回は木根橋の発電所に向かってほぼ直線に伸びている送水管を撮ってみました。この送水管は前月号で掲載した小原ダムまでつながっており、ほとんどは土の中に埋もれていて見えなようです。今さらながら大規模な工事ではなかったかなと思われます。ちょうど真ん中あたりで送水管の点検をしている作業員の方も写っていました。猛暑の中、大変なお仕事だなと思いました。（7月16日撮影）

K・M

「山の駅 よろっさ」より

七夕も過ぎ、夏本番です。学校も夏休みに入り、子供たちは大いにエンジョイすべく、期待に胸を膨らませていることでしょう。でも、せみやとんぼが行き交い、子供たちが虫かごと網を持って、野山を駆け巡る、なんていう光景はなくなりました。そもそも熊との遭遇が怖くて野山には出かけられません。そして、もうひとつ怖いものに熱中症があります。長時間炎天下の下で過ごすことはもはや自殺行為です。小さいころよく日射病と



いうことばを耳にしましたが、そんな生易しいものではありません。では、日射病と熱中症はどこが違うのでしょうか、調べてみました。

まず、「日射病」とは、熱中症の中でも特に直射日光を浴びることが主な原因でおこるものとあります。主な症状には、激しいめまい、立ち眩み、大量の汗、頭痛、吐き気、筋肉のこむらがえりなどがあります。

そして、「熱中症」とは、高温多湿な環境で体温調節ができなくなり起こる、健康被害とあります。初期段階ではめまいや大量の汗、足のつりが発生します。

そしてもうひとつ「熱射病」があります。熱中症の中で最も重症な状態で体温が39～40度以上に達し、意識障害や臓器の機能不全を伴い命の危険があります。もし屋外で体調が悪くなった場合は風通しのよい場所へ移動し、しばらくつけている衣服をゆるめ、首回りや脇の下あたりを冷やし、体温をさげましょう。そしてスポーツドリンクなどで、失われた水分を補給します。意識がもうろうとしていたらためらわずに救急車を呼んでください。

老若男女誰にでも起こりうるこの熱中症。日頃から水分を多めに摂る習慣を身に付け、喉が渇いてなくても飲む行為を癖にしましょう。併せて汗をかいたら塩分の補給も忘れずに。

ちなみに、スポーツドリンクは家庭でも簡単に作れるので紹介します

水

1リットル

砂糖

大匙4～6（はちみつでも。お好みで調節）

塩

小匙1/2

レモン汁

大匙2（お好みで）

※常温の水少量で、まず砂糖と塩を混ぜ溶かしてから、残りの水を足すと手早く作れます

朝晩の涼しいときに農作業をと、言いたいところですが、「熊」には十分気を付けていただきたいと思います。ちらほらとこのあたりでも目撃情報があります。最近の出没は朝晩とは限りませんが、誰もが被害にあうことのないように、お互いが注意しあいましょう。

T・H

※よろっさに用事の際は、いつでも連絡して下さい。速やかに伺います。

8月カレンダー



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	1 配食サービス NPO理事会 栃餅（志んさ） 白峰豆腐（上野とうふ）
2 谷・河合・北六呂師 集荷日 栃餅（かんの家）	3 ■燃やせないゴミ	4 ●燃えるゴミ	5 よろっさ定休日 ▲缶類	6 よろっさ定休日	7 木根橋・中尾 集荷日 ●燃えるゴミ	8 谷 風鈴を見に行こう！ 栃餅（志んさ） 白峰豆腐（上野とうふ）
9 谷・河合・北六呂師 集荷日 栃餅（かんの家）	10 ◆古紙	11 山の日 音楽会（勝山アンダーの会）	12 ★ペットボトル・特殊ゴミ・硬質ゴミ	13	14 ●燃えるゴミ	15 配食サービス 谷 はやし込み行列
16 谷・河合・北六呂師 集荷日 栃餅（かんの家）	17 ◆古紙	18 ●燃えるゴミ	19 ★ペットボトル・特殊ゴミ・硬質ゴミ	20	21 ●燃えるゴミ	22 ふれあいサロン 栃餅（志んさ） 白峰豆腐（上野とうふ）
23 谷 風鈴を見に行こう！最終日 谷・河合・北六呂師 集荷日 栃餅（かんの家）	24 ■燃やせないゴミ	25 ●燃えるゴミ	26 ▲缶類	27 広報配付日	28 ●燃えるゴミ	29 感謝祭実行委員会 栃餅（志んさ） 白峰豆腐（上野とうふ）
30 谷・河合・北六呂師 集荷日 栃餅（かんの家）	31 ※びん類 ■燃やせないゴミ	メモ				

地区杜協から こんにちは！！

令和8年6月26日（金曜日）、北谷町コミュニティセンター多目的ホールでふれあいサロンが行われました。講師の野口昭美氏他1名をお招きしてミュージック・ケアを行いました。音楽の曲に合わせて体を動かしたり、鳴子、ネッカチーフ、お手玉などを使って手足を動かし終了時には心地よい疲れを感じ、参加者は楽しかったと言っていました。

T・I



こちらは勝山市消費者センターです！
☎88-8103

Q. 新聞の折り込みに、なんでも買い取ると書かれたチラシが入っていた。問題点はあるか。（70代）

A. 大切な宝石類を安く買い取られたり、後日、窃盗につながる可能性があります。知らない人を家に入れる際は一人でも対応したり、すぐに決めるのはやめましょう。

【編集後記】

7月、勝山市では（市職員・まち館・コミュニティセンター等）参集訓練があり、北谷町でも自衛消防隊および自主防災組織の合同訓練が実施されました。北谷町コミュニティセンターでも7月24日（金）に避難訓練が行う予定です。何かあってはいけませんが、その時に落ち着いて行動できるよう訓練を重ねていきたいです。

山場