

熱中症にご注意ください

だんだん、暑くなってきました。暑さで何となく体が重い、だるいなどという感じはありませんか。そのような症状は、熱中症かもしれません。

熱中症は、高温多湿な環境に長くいることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態です。屋内でも熱中症になり、重症な場合には死亡することがあります。毎年、1000人を超える方が亡くなり、そのうち4分の3は、65歳以上の高齢者となっています。

熱中症の症状

めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、気分が悪い、頭痛、嘔吐、倦怠感、けいれん等。いつもと様子が違うと感じることがあります。

熱中症の予防*暑さを避けましょう*

- ・扇風機やエアコンを適度に使用する
- ・日傘や帽子、通気性の良い衣服の着用
- ・こまめな水分補給、休憩

水分摂取のポイント

- ・喉が渇く前にこまめに水分補給をしましょう。
- ・水よりも吸収の良いとされている麦茶やスポーツドリンクがおすすめです。

周りの方とも声をかけあい、熱中症の疑いがある人を見つけたら、すぐに救急車を呼びましょう。

☎地域包括支援センター ☎299-5532

今月の町民相談

▼弁護士相談・行政相談

日時 6月20日(火) 午前10時
～ 正午

場所 203会議室

※要予約(先着順)

問 総務課 自治振興担当

☎内線215

▼司法書士相談

日時 7月5日(水) 午前10時
～ 正午

場所 203会議室

※6月末までに予約(先着順、事前申込みがない場合は開催しません)

問 総務課 自治振興担当

☎内線215

▼人権相談

日時 6月1日(木) 午前10時
～ 正午

場所 301会議室

※要予約

問 総務課 自治振興担当

☎内線215

▼経緯サポーター結婚相談会

日時 6月18日(日) 午前9時
～ 正午

場所 中央公民館会議室

※6月9日(金)までに予約(先着順、事前申込みがない場合は開催しません)

問 企画財政課 企画担当

☎内線224

▼くらしの相談

日時 平日 午前9時～11時、
午後1時～4時

場所 総務課窓口

問 総務課 庶務担当

☎内線212

▼年金相談

日時 平日 午前9時～11時、
午後1時～4時

場所 町民課窓口

問 町民課 国保年金担当

☎内線122

▼子育て相談

日時 平日 午前9時～11時、
午後1時～4時

場所 子育て支援課窓口

問 子育て支援課 子ども担当

☎内線162

▼教育相談

日時 平日 午前9時～11時、
午後1時～4時

場所 中央公民館相談室

問 学務課 学務担当

☎内線508

▼消費生活相談

日時 毎週水・金曜日 午前10時～正午(新規の相談は11時30分まで)

場所 産業観光課窓口

※電話相談あり

問 産業観光課 観光商工担当

☎内線148

くらしの110番 賃貸住宅の退去時の 原状回復トラブル

4年間住んでいた賃貸マンションを先日退去した。入居時に敷金1か月分を預けていたが、先日、敷金精算の書類が届き原状回復費用として24万円かかると言われ、敷金との差額を請求された。室内の壁や扉等で特に破損されたものはなく、普通に使用していた。原状回復費用の内訳をみると、クリーニング費用、クロスやクッションフロアの張り替え、フローリングや扉の交換となっていた。高額すぎると思う。

消費者へのアドバイス！

- 訪問購入は、法律により勧誘や来訪を求めている者への勧誘行為やしつこい勧誘は禁止されています。訪問を希望しない場合ははっきり断りましょう。
- 契約書と特約についてよく確認しましょう。
- 原状回復費用の内訳を出してもらい、説明を求めましょう。
- 修繕に係る費用が高額だと感じた場合は、複数の業者から見積もりを取るよう家主等に依頼しましょう。
- 話し合いによる解決が困難な場合は、民事調停や少額訴訟等の手続きもあります。
- 困ったときは、消費生活相談窓口にご相談しましょう。

6 月の 町のイベント & ごみ・資源収集 カレンダー

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
				6/1 ●リフレッシュ体操 ●浄水場見学(7日まで) ◎人権相談 A 可燃 B 不燃・有害	2 ◎消費生活相談 A ブラ B 可燃	3 ○土曜開庁(午前) ◎おはなし会
4 ●土砂災害避難訓練(上谷区)	5 ◎健康相談等 ◎育児相談 ◎休み A 可燃 B ブラ	6 A 不燃・有害 B 可燃	7 ◎特定健診など ◎消費生活相談 A 紙・布 B	8 ●リフレッシュ体操 ◎特定健診など A 可燃 B ベット	9 ◎特定健診など ◎消費生活相談 ①あそぼう会 A びん缶・ブラ B 可燃	10 ○土曜開庁(午前) ●月例ハイキング大会→P6
11 ●梅フェア→P8 ◎バーゴマ教室 ◎短歌一日教室	12 ◎健康相談 ◎休み A 可燃 B びん缶・ブラ	13 A ベット B 可燃	14 ◎消費生活相談 A B 紙・布	15 ●リフレッシュ体操 ◎よろず健康相談 A 可燃 B 不燃・有害	16 ◎消費生活相談 A ブラ B 可燃	17 ○土曜開庁(午前) ●子ども大学開講式 ◎ラジオ体操実践教室 ◎特定健診など ◎論語を楽しむ
18 ◎結婚相談会	19 ◎特定健診など ◎休み A 可燃 B ブラ	20 ◎特定健診など ◎弁護士・行政相談 A 不燃・有害 B 可燃	21 ◎特定健診など ◎消費生活相談 A 紙・布 B	22 ●リフレッシュ体操 ◎出前保育 A 可燃 B ベット	23 ●障がい者相談会→P15 ◎消費生活相談 A びん缶・ブラ B 可燃	24 ○土曜開庁(午前) ◎本に親しむ会
25	26 ◎健康相談等 ◎栄養相談 ◎育児相談 ◎休み A 可燃 B びん缶・ブラ	27 ●ファミサポ会員養成講座(～30日)→P11 A ベット B 可燃	28 ◎消費生活相談 A B 紙・布	29 ●リフレッシュ体操 ◎特定健診など ①あそぼう会 A 可燃	30 ◎特定健診など ◎消費生活相談 A ブラ B 可燃	7/1 ○土曜開庁(午前) ●健康長寿講座→P6 ◎おはなし会
2 ●黒山三滝滝開き→P8 ◎特定健診など	3 ◎特定健診など ◎休み A 可燃 B ブラ	4 ◎大腸がん・胸部・肝炎ウイルス検診 A 不燃・有害 B 可燃	5 ◎消費生活相談 ◎司法書士相談 A 紙・布 B	6 ●リフレッシュ体操 A 可燃 B 不燃・有害	7 ◎消費生活相談 A ブラ B 可燃	8 ○土曜開庁(午前) ●月例ハイキング大会→P6 ◎胃がん検診

◎=まなびあい(20ページ)、◎=保健(16ページ)、◎=相談(22ページ)、◎=すくすく(下)、◎=図書館(21ページ)

下段はゴミと資源の収集日

(A地区=八高線西側、B地区=八高線東側)

可燃:可燃ごみ、不燃・有害:不燃ごみ・有害ごみ、びん缶:びん類・かん類、紙・布:紙類・布類、ペット:ペットボトル、プラ:その他容器包装プラスチック
可燃ごみ/高倉クリーンセンター ☎271-1500
不燃ごみ・資源ごみ(紙・布類を除く)/川内リサイクルプラザ ☎294-4115
粗大ごみ/戸別有料収集受付専用ダイヤル ☎272-3344

6月の納税

Tax payment

(6月30日まで)

町 県 民 税 第1期

バーコード印字のある納付書は、納期限内に限りコンビニエンスストアでの納付に使用できます。詳細は納付書をご覧ください。

すくすく情報

"SUKUSUKU" Information

「すくすく」は、子育て中の親子が自由に集える場所です。気軽に遊びに来てみませんか？

開所日時 月～金曜日 午前9時～午後4時

事業内容 園庭開放(午後3時30分まで)、子育て相談、その他イベント、電話相談(平日午後1時～4時)

* あそぼう会 *

6月9日(金) 午前10時30分～11時30分

「小麦粉ねんど」丸めたり伸ばしたりして遊びましょう♪

6月29日(木) 午前11時～11時30分

「プール開き・リズムであそぼう」水遊びのルールを説明後、体を動かして遊びます。

* 出前保育 *

6月22日(木) 午前10時～正午 梅園コミュニティ館

問 越生町子育て支援センター「すくすく」(山吹保育園内)

☎292-5684