

地域支え合いセンター



できる範囲で健康づくり



ラジオ体操@寺内仮設団地

各仮設団地では週に2回、国際NGOオペレーション・ブレッシング・ジャパンの協力により、ラジオ体操が開催されています。

15分間ほどラジオ体操第1・第2でしっかり体を動かした後は、水分補給の青空サロン（飲み物は準備してあります）。3密にならないように心掛けながら、思い思いに集まって情報交換に花を咲かせています。

雨の日や気温が高い時は、集会所や談話室内で実施しています。



青空サロン@和田仮設



仮設内清掃実施！

ラジオ体操スケジュール

【月曜日・木曜日】	【火曜日・金曜日】
和田 9:15～	花田 9:15～
寺内 10:15～	町西 10:15～
金山 11:15～	大館 11:15～

6月7日朝、坪石保勝会の皆さんの館山公園草刈りに併せて、大館仮設団地で初めての共同作業である清掃活動が行われました。



熱中症に気を付けて！

予防のポイント



こまめに水分補給しましょう

- ▶ のどが渇く前に水分補給
- ▶ 1日あたり1.2リットルを目安に
- ▶ 大量に汗をかいた時は、塩分補給も忘れずに



暑さを避けましょう

- ▶ エアコンや扇風機、換気扇を利用し部屋の温度を調節
- ▶ 感染症予防のため、時々窓を開けて換気を
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 涼しい服装にする
- ▶ 暑い日や時間帯は外出を控える
- ▶ 急に暑くなった日は特に注意する

エアコン電気代
7時間で100円位
(被災者支援室調べ)

出典元：厚生労働省「熱中症関連情報」
環境省「環境省熱中症予防情報サイト」より

適宜マスクをはずしましょう

- ▶ 気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ▶ 屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ▶ マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避ける

■熱中症の症状

めまい、立ちくらみ、こむら返り、大量の発汗、頭痛、吐き気、倦怠感、意識障害、けいれん、高体温など

熱中症が疑われる人を見かけたら

- ▶ 涼しい場所へ避難する
- ▶ 衣服をゆるめ、体を冷やす（首回り、脇の下、足の付け根）
- ▶ 水分・塩分・スポーツドリンクなどを補給をする
- ▶ 自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。



『花田』仮設住宅団地紹介

花田仮設
団地のある

山崎行政区の紹介



山崎行政区は、区別では深山行政区と共に「2区」と呼ばれております。東側に役場庁舎や国保丸森病院、西側は山を背にしており、江戸時代頃は山側が街道になっていました。

時代が経つにつれて住まいも徐々に増え、下の方に降りてきたようです。住所名としては、山崎・山崎前・片岸・花田・鳥屋（一部）そして雁歌（一部）があり、世帯数は60世帯弱です。

世間の少子・高齢化には逆らえず苦勞している行政区運営であります。

山崎地区運営推進委員（行政区長）今野和夫



花田仮設住宅は、宮城県伊具高等学校の野球グラウンドに整備されました。

■入居開始日／令和元年12月21日 ■整備戸数／68戸 ■入居者数／110人（R2.6.1）

第2号 2020年7月1日発行

丸森町社会福祉協議会 丸森町社協地域支え合いセンター

宮城県伊具郡丸森町字花田68（旧アイユー店舗） 電話（0224）72-2241 FAX（0224）73-4151

