

残暑



お見舞い
申し上げます。



昨年にもまして暑さが
厳しく感じられます。
お体を大切にお過ごしください。



残暑が厳しい今年の夏「熱中症予防」に努めましょう！

今夏は、記録的な猛暑となっており、8月以降も熱中症予防対策の更なる徹底が必要です。屋外で従事される会員さんは、大量の汗をかくため、脱水症状のリスクに陥らないよう熱中症対策への意識は高く、適宜水分補給をするなどの対策は万全にされていますが、屋内で従事される会員さんの熱中症対策意識が希薄なため、脱水症状事案の報告が増えています。

人間は、発汗以外にも皮膚及び呼吸から水分を失っており、室内だと喉の渇きを感じ難いため、気付かないうちに脱水していることがあります。

脱水症状が続くと、頭痛やめまい、吐き気など、身体に不調が現れます。特に血液がドロドロになると脳梗塞や心筋梗塞などの病気を引き起こすきっかけになりますので、喉が渴いてなくても水分を定期的にしっかりと補給するよう心がけましょう！

一年に一度は「健康診断」を受診しましょう！

数年前に実施した健康アンケート調査において、約半数の会員さんが数年間は健康診断を受けていないとの調査結果がありました。年に一回は健康診断を受診して、いつまでも健康な身体を保持して、楽しいシニアライフを送りましょう！

「病気は千もあるが、健康はひとつしかない！」

ガソリン携行缶を安全に取り扱うための留意事項

1. ガソリン携行缶は、直射日光の当たる場所や高温の場所に置かない！

夏季はもちろん、それ以外の時期でも直射日光の当たる場所や高温の場所にガソリン携行缶を置くと、可燃性蒸気が大量に噴き出す可能性があります。

2. ガソリン携行缶を扱う場合は、周囲の安全確認とエンジン停止の徹底！

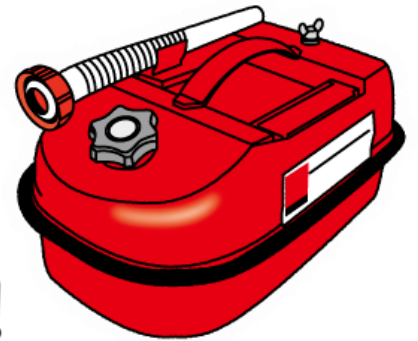
ガソリン携行缶を取り扱う場合は、周囲に火源になりそうなものがないことを確認するとともに、万が一火災になっても延焼拡大や人的被害が生ずるおそれがないことを確認する必要があります。特にガソリン携行缶を用いて発電機等にガソリンを注油する際には、ガソリン携行缶の蓋を開ける前に発電機等のエンジンを停止することが必要です。

3. ガソリン携行缶の蓋を開ける前にエア抜きを行ってください！

外気温の上昇に伴い、ガソリン携行缶内の圧力が高くなるため、可燃性蒸気が噴き出す可能性があります。そのため、ガソリン携行缶の蓋を開ける前に、**少しずつエア抜き**を行うことが必要です。

ただし、直射日光となる場所に放置されていたなど、携行缶が熱を持っていた場合は、エア抜きも厳禁です。

直ちにガソリン温度が常温程度まで下がる6時間程度保管した後、ゆっくりとエア抜きをすることが必要です。



ガソリン携行缶の取扱いにはご注意を!!

工房「あすなろ」よりお知らせ

お手軽 パッチワークベスト

暮らしの中にパッチワークのある生活を！



【日時】9月11日(月)午後1時～ 【参加費】1,000円※材料費として

【場所】センター「2F会議室」 【締切】9月4日(月)まで



※申し込みは、西田 悦子【携帯番号】080-1434-7122

センター会員以外の方でもお誘い下さい！