



ポイントを貯めて
ステキな景品ゲット！



定員
15名

健幸づくり教室のご案内

健幸ポイント詳細



市民のみなさまが健やかで幸せな生活ができることを目指して、健幸づくり教室を実施します。歯とお口の健幸づくりやメンタルヘルスについて学び、あなたやあなたの大切な人の「**こころとからだの健康**」について、一緒に考えてみませんか？

～テーマ～ 「歯とお口の健幸づくり」 「こころの健幸づくり」

日時 令和8年7月1日（水）
午前10時～11時（受付：午前9時45分～）

場所 羽島市福祉ふれあい会館
2階地域ふれあいスペース
羽島市福寿町浅平3丁目25番地（羽島市民会館西隣）

※駐車場に限りがあるため、お車の乗り合わせ・徒歩・自転車での来場にご協力をお願いします。

対象者 羽島市にお住まいの方

持ち物 筆記用具

お申込

電話

羽島市役所 子育て・健幸課
☎058-392-1111（内線5302）
受付時間：平日8:45～16:45

インターネット

申し込みフォームはこちら



申し込み期限 6月24日（水）

※定員15名になり次第、申し込みを締め切ります。

●健幸づくり教室は、「羽島市健幸づくり推進員研修会」も兼ねて実施します。地区の健幸づくり推進員の方も参加されます。

●健幸づくり推進員は、各自治会より1～2名選出され、市民の健幸づくりに対する意識の高揚を図るため、市、市民、地域団体等と協働して地域における健幸づくりを効果的に推進することを目的に活動しています。

【問い合わせ先】羽島市役所 子育て・健幸課 ☎058-392-1111（内線5302）

熱中症にご注意ください！！

詳細は裏面へ

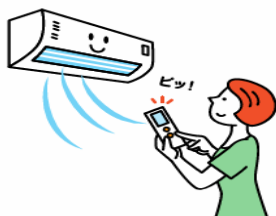
熱中症に注意!

令和7年度に羽島市で熱中症のため救急搬送された人数は 58 名*です。
熱中症は、屋外だけでなく、室内で何もしていないときや夜でも発症し、命に関わる問題です。
日頃より予防対策をしっかりととりましょう! (※羽島市消防本部統計より)

熱中症を予防するために..

暑さを避ける!

❄️ 扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



❄️ 遮光カーテン、すだれ、
打ち水を利用



❄️ 外出時には日傘や
帽子を着用



❄️ 天気のよい日は日陰の
利用、こまめな休憩



❄️ 吸湿性・速乾性のある
通気性のよい衣服を着用



❄️ 保冷剤、氷、冷たいタオル
などで、からだを冷やす



⚠️ 『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

❄️ 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても
こまめに水分・塩分などを補給



● 熱中症予防のための情報・資料サイト

熱中症予防のための情報・資料



スマホでも
見れます



https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

市内のクーリングシェルターも
ご活用ください ⇒



「熱中症の予防のためのリーフレット」厚生労働省
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/ を加工して作成