

厳しい暑さが
続いています

熱中症

に要注意！

☎ 総合保健センター ☎46-3254



関東地方の梅雨明けが発表された7月17日以降、最高気温が35度を超える猛暑日を4日連続で記録するなど、厳しい暑さが続いています。

この暑さの中気をつけたいのが、気温と湿度の高い環境で起こりやすい熱中症です。めまいや気分不快、頭痛などさまざまな症状を発症しますが、特に体温調節機能の弱い子どもや高齢者は重症化しやすく、命に関わることもあるため厳重な注意が必要です。

また熱中症は、強い日差しを浴びる屋外はもとより、屋内でも発症する場合があります。油断できません。暑い時間帯はなるべく外出を控え、屋内ではエアコンや扇風機などを上手に利用して熱中症の危険から身を守りましょう。

- ◆炎天下や室内でも暑い場所での作業やスポーツは避けましょう。
- ◆外出時は帽子や日傘を利用し、通気性の良い服装を心がけましょう。
- ◆のどが渇いたと感じる前に、こまめに水分を補給しましょう。
- ◆スポーツ飲料も有効です。
- ◆体調不良が長引くときは、医療機関を受診しましょう。

三鷹風景百選

第2次募集の受け付けを開始！

三鷹ならではの風景を後世に伝え、これからの三鷹の風景・景観づくりに活かす「三鷹風景百選」を募集しています。

第2次募集期間
8月1日(日)～
平成23年1月11日(火)

※第1次は7月31日まで
終了しました。

☎ 応募用紙に写真を貼り「〒181-8525(株)まちづくり三鷹」へ郵送、または持参で本社(三鷹産業プラザ2階)、まちづくり推進課(市役所5階55番窓口)、市政窓口、市民協働センターへ

☎ 同社 ☎40-9669・HP <http://hyakusen.mail.mitaka.ne.jp/>(募集要項)、同課 ☎内線2862

「三鷹風景百選」の展示会を開催

第1次募集(6月1日～7月31日)に応募いただいた風景を、コミュニティセンターで展示します。

☎ ①大沢コミュニティセンター＝8月6日(金)～9日(月)、②牟礼コミュニティセンター＝8月13日(金)～16日(月)、③井口コミュニティセンター＝8月25日(水)～29日(日)、④井の頭コミュニティセンター＝8月31日(火)～9月3日(金)、⑤新川中原コミュニティセンター＝9月7日(火)～10日(金)、⑥連雀コミュニティセンター＝9月13日(月)～17日(金)、⑦三鷹駅前コミュニティセンター＝9月18日(土)～24日(金)

☎ 期間中会場へ

※開館時間、期間中の休館日などは各コミュニティセンターのホームページなどでご確認ください。

☎ (株)まちづくり三鷹 ☎40-9669

三鷹市
星と森と絵本の家

星と森と絵本の家

ありがとう
3万人！

「三鷹市星と森と絵本の家」の来場者が
3万人を達成しました

☎ 星と森と絵本の家 ☎39-3401

国立天文台の敷地内に位置する「三鷹市星と森と絵本の家」で、7月21日、3万人目の来場者を迎え記念のセレモニーを開催しました。

朝から30度を超える猛暑の中訪れたのは、同施設で木工細工を楽しむ「クラフトメイト」として、普段から6歳の長女と訪れている調布市調布ヶ丘の南美佐代さん(35)。この日は長女を近くの幼稚園に送った帰りで、「まさか自分が」と戸惑いながらもくす玉を割り、笑顔で花束や記念品を受け取りました。

昨年7月7日の開館から1周年を記念して展示内容をリニューアルし、「見る・知る・感じる絵本展 大きなちきゅう 小さなちきゅう」が始まったばかりの同施設に、みなさんも夏休みの思い出を作りに行きませんか。



星と森と絵本の家夏の催し

★絵本のおはなし(いいしこと、してますね！)

☎ 8月4日(水)午後3時30分から ☎ 当日会場へ

★絵本リリーススペシャル

好きな絵本をリレーしながら読みます。今回のテーマは「赤ちゃん絵本」です。

☎ 8月5日(木)午後2時から ☎ 当日会場へ

★木のスプーンづくり

一枚の板を彫って削って、マイスプーンを作ります。

☎ 8月5日・12日・19日・26日のいずれも木曜日午前10時～正午

☎ 各回10人 ☎ 100円 ☎ 彫刻刀 ☎ 当日会場へ(先着制)

★昔遊びの日「たけがえし」

☎ 8月7日(土)午後2時から ☎ 当日会場へ

★粘土でステゴザウルスづくりーテーマ展示関連ワークショップー

☎ 8月15日(日)午前10時から ☎ 小学3年生以上のお子さん10人 ☎ 300円

☎ 8月2日(月)午前10時から直接または電話で同館 ☎39-3401へ(先着制)

★伝統的七夕まつり

旧暦の七夕の日に、縁日や星空観望を楽しみます。

☎ 8月16日(月)(雨天中止) ☎ 当日会場へ

◆昼の部＝午後3時～5時 七夕のお話し会、ジュニアスタッフ縁日

◆夜の部＝午後6時～8時 ジャズコンサート、星空の観望



三鷹商工会創立50周年

「ミ鷹シュラングルメコンテスト」
「三鷹こどもひらめきコンテスト」

優秀作品
を発表！

※力作グルメがぞろい！「ミ鷹シュラングルメコンテスト」

プロ・アマ問わず三鷹のご当地グルメや自慢の一品108点が勢ぞろいする中、書類審査と試食の結果、市内そば店の従業員飯塚武雄さんの「冷製・三鷹産キウイフルーツの蕎麦がき ぜんざい」が、見事金賞に輝きました。キウイのさわやかな酸味と香りにそばがきのモチモチとした食感が際立つ逸品で、飯塚さんのそば店でも販売されます。このほか、銀賞・銅賞にはカクテルやパン、和菓子、流行のラー油など、個性的なメニューが選ばれました。

※自由なアイデアいっぱい、「三鷹こどもひらめきコンテスト」

「地球の困ったを考えるエコ部門」「未来にあったらいいなを考えるIT部門」「家族や地域の困ったを考える部門」の3部門に、小・中学生から楽しく夢のあるたくさんのひらめきが寄せられました。中でも評価が高かったのは、家庭ごみと太陽光発電の電気を動力源として車を動かす「あったらいいな!!未来の車」。応募した北野小6年の星野莉々花さんには市長賞が贈られました。

☎ 三鷹商工会 ☎49-3111

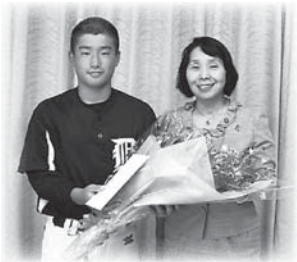
三鷹一中

高木優平君が世界少年野球大会
に出場！！

☎ 秘書広報課 ☎内線2134

8月14日(土)～22日(日)に米国メリーランド州で開催される「2010カル・リプケン12歳以下世界少年野球大会」に日本代表として出場する三鷹市立第一中学校1年の高木優平君が7月16日、清原市長を表敬訪問しました。

7カ国16チームで世界一の座を争うこの大会に、日本からは、「チーム星野」のメンバーとして全国のボーイズリーグの中から選出された15人が出場。小学2年生から野球を始めた高木君は、現在は城南ドリームボーイズに所属しポジションは投手、三塁手、一塁手とオールマイティーにこなす選手です。小学生最後の全国大会でチームの8強入りに主将として貢献するなど、これまでの活躍が評価され、今回世界少年野球大会の代表入りを果たし、「チームで世界一を目指したい」と世界大会への意気込みを力強く語りました。



大沢総合グラウンド野球場などの
抽選申し込みが始まります

3月末に完成した大沢総合グラウンドの野球場・ソフトボール場の芝生養生が完了し10月1日(金)にオープンします。利用予約は8月1日(日)から生涯学習システムで受け付けます。

◆申込受付を開始する施設

◇野球場(A・Bグラウンド)

◇少年軟式野球場兼ソフトボール場(C・Dグラウンド)

◇練習場(Eグラウンド)

◆利用時間(1区分2時間)

◇4～10月

午前7時～午後7時(6区分)

◇11～3月

午前9時～午後5時(4区分)

◆利用料金

野球場・ソフトボール場＝3,000円(1面1区分)

練習場＝2,000円(1面1区分)

☎ ①利用者IDが「05」で始まる市民(在勤・在学を含む)の団体＝利用月の2カ月前の1日午前9時30分～10日午後11時59分にHP <http://www.pf489.com/mitaka/web/>(生涯学習システム)へ(申込多数の場合は抽選、1カ月前からは先着順)、②利用者IDが「06」で始まる市民以外の団体＝利用日の2週間前の午前9時30分から同システムへ(先着制)

※①の抽選結果は、申し込んだ月の15日午前3時から同システムで公開。当選者は23日の午後10時までに確定処理手続きをしてください。

☎ スポーツ振興課 ☎内線3322

