

夏の事故と熱中症に注意しましょう！

事故に注意し、夏を満喫！

夏は、子どもたちにとって、花火や水遊びなど、楽しい季節です。花火でのケガや水遊びで水の事故を起こさないように注意しましょう。

楽しく遊ぶために、気をつけるポイントをご紹介します！

花火で安全に遊ぶ5つのポイント

- ①風の強いときは花火をしない
- ②燃えやすいものがない、広くて安全な場所を選ぶ
- ③子どもだけで遊ばせない
- ④説明書をよく読み、注意事項を必ず守る
- ⑤水を入れたバケツを用意し、終わった花火は必ず水につける

水の事故を防ぐ4つのポイント

- ①気象状況に注意し、天候が悪化したときは水辺に近づかない
- ②体調が悪いときは水遊びをしない
- ③水辺やプールサイドでは子どもだけで遊ばせない
- ④釣りやボートなどで水辺に行くときは、必ずライフジャケットを着る

事故にならないよう十分注意し、楽しい夏の思い出を作りましょう！

問合せ 予防課 TEL 24-0119



室内でも熱中症に気をつけて！

昨年、日立市では、熱中症で67の方が救急搬送されました。仕事や運動をしているときだけでなく、**就寝中など室内にいても熱中症になることがあります。**特に、高齢者や乳幼児は注意が必要です。

熱中症の予防と応急手当の一例をご紹介します！

熱中症を予防するためには

- 外出時は帽子や日傘で直射日光を避ける
- こまめに水分補給、塩分補給を行う
- 家の中でも無理に暑さを我慢せず、エアコンや扇風機を使う
- 周囲の人との距離を十分に取り、適宜マスクをはずして休憩する



熱中症の応急手当

- 衣服を緩めて楽にする
 - 風通しのよい日陰や、冷房が効いた場所へ移動する
 - ぬらしたタオルや氷のうで体を冷やす
 - 自分で飲めるようであれば水分補給を行う
 - 意識がはっきりしない、水が飲めない、皮膚が赤く汗が出ない、呼吸が浅いなどの場合は、すぐに救急車を呼ぶ
- 熱中症は命に関わる場合があります。体調が悪くなったら早めに医療機関を受診してください。**

問合せ 警防課 TEL 24-0119

24時間いつでもどこでも！ 電子書籍貸出サービスが始まりました

お持ちのパソコンやタブレット、スマートフォンなどの端末で、いつでもどこでも「電子書籍貸出サービス」専用の電子書籍を読むことができます。ぜひ、ご利用ください。

開始日時 7月20日(火) 午前9時～

利用できる方 市内在住か通勤・通学している方で、有効期限内の利用カードをお持ちのかた

*利用カードがない方、有効期限（5年間）が過ぎた方は、図書館でカードを作成・更新して、ご利用ください。

*広域または全国の利用カード（青色）や移動図書館の利用カードではご利用になれません。

貸出点数 1点

貸出期間 7日間

*貸出期間を過ぎると自動で返却となります。

*次に予約している方がいない場合に限り、1回7日間の貸出延長ができます。

利用方法

①「電子書籍貸出サービス」にアクセス

②IDとパスワードを入力

ID：利用カードの10桁の番号

パスワード：生年月日（西暦＋誕生日）の8桁

*ログイン後にパスワードの変更ができます。

*パスワードはご本人で責任を持って管理し、他人に知られないようご注意ください。

③借りたい本を検索・選択

*詳しくは、電子書籍貸出サービスの「ご利用ガイド」をご覧ください。

問合せ 記念図書館 TEL 24-7714 IP 050-5528-4946



電子書籍貸出サービス

8月の市民相談

【市民相談室（市役所2階山側）】 内線 511
直通 TEL 22-4286 IP 050-5528-5147

| 相談内容 | とき |
|---|--|
| 一般相談（市民相談室相談員が受けます） 悩みごとや困りごとなどの相談、市の仕事に対する陳情や苦情など *土曜日は事前に電話で予約を | 月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時 土曜日（事前予約制） 午前9時～午後4時 |
| 人権相談（人権擁護委員が受けます） セクハラ、いじめ、高齢者虐待、DV問題など *午後は事前に電話で予約を | 17日(火) 午前10時～午後3時 |
| 税務相談（税理士が受けます） *事前に電話で予約を | 12日(木) 午前10時～午後3時 |
| 行政相談（行政相談委員が受けます） *午後は事前に電話で予約を | 18日(水) 午前10時～午後3時 |
| 行政書士相談（行政書士が受けます） 相続と遺言について他、各種行政手続きに関する相談 *事前に電話で予約を（7月20日(火)の午前9時から受付） | 11日(水)・25日(水) 午後1時～4時 |
| 法律相談（弁護士が受けます） *市民相談室か多賀市民相談コーナーで相談希望日の前日までに話をお伺いして予約となります。電話予約は受付していません。 | 17日(火) 午後1時～4時 （1日7人まで。1人25分程度） |
| 巡回暴力相談（茨城県暴力追放推進センターの相談員が受けます） *事前に電話で予約を | 19日(木) 午前10時～午後4時 |
| 総合労働相談（社会保険労務士が受けます） 解雇、賃金、労働契約、年金に関することなど *事前に電話で、茨城県社会保険労務士会（TEL 029-350-4864）に申し込みを（定員に空きがある場合は当日の対応可） | 26日(木) 午後1時30分～4時30分 |

*日常生活の困りごとなどについて「どこに相談したらいいかわからない」ときは、市民相談室にお気軽にご相談ください。

【多賀市民相談コーナー（多賀支所内）】 TEL 36-6221

| 相談内容 | とき |
|--|---------------------------|
| 一般相談（市民相談室相談員が受けます） *悩みごとや困りごとなどの相談 | 月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時 |

【女性生活相談コーナー（女性センター内）】 TEL 35-2215

| 相談内容 | とき |
|--|---|
| 女性の生活全般にわたる悩みごとや離婚問題、家庭内暴力（DV）、デートDVなどの困りごとの相談（女性生活相談員が受けます） | 月～金曜日（祝日を除く） 14日(土)・28日(土) 午前10時～午後4時 |

【ボランティア情報相談コーナー（コミュニティ推進課内）】 内線 488

| 相談内容 | とき |
|------------------------|---------------------------------|
| ボランティア団体や活動に関する情報提供や相談 | 月～金曜日（祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分 |

【消費生活センター（日立シビックセンター6階）】 TEL 26-0069

| 相談内容 | とき |
|--|--|
| 悪質商法などによるトラブルや消費生活知識、借金問題などの相談（消費生活相談員が受けます） | 月～土曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時 （土曜日は午後4時まで） *毎月最終月曜日は休所 |

日立市の新鮮な情報をお届け！

ケーブルテレビ JWAY 行政情報番組

地上デジタル
11ch

ケーブルテレビ JWAY では、日立市のイベント情報をはじめ、くらしや健康、子育てなどに役立つ情報をお届けしています。



7月5日から番組の放送時間が変わりました！
番組表はこちらから

🌸 ひたちほっとニュース 🌸

6：30～、11：30～、15：30～、19：30～、22：30～

*月・土・日曜日は一部放送時間が異なります。

詳しくは、番組表をご覧ください。

【前半】デイリーひたち

（平日毎日更新）新鮮な情報をお届け！

【後半】ピックアップ情報

（土曜日更新）注目の事業やイベントなどを紹介！

【8月の新規番組】

高齢者を地域で見守ろう！～市の見守り事業をお知らせします（7日～）

日立駅10周年記念～その駅に着くと海が話したがっていた（14日～）

茨城県知事選挙が行われます（21日～）

減塩のススメ～減塩レシピをご紹介します！（28日～）

キャッチアップ！いいね！

（土曜日更新）市の歴史や文化など、さまざまな魅力をクローズアップして紹介！

7：30～、10：30～、14：30～、18：30～

まるごとひたち情報ネット

（土曜日更新）暮らしや健康、子育てなどに役立つ情報を紹介！

【8月の新規番組】 *随時放送

Let's ヨガ！～おうちでからだを動かそう～（14日～）

日立の気象と天気～気象観測の今昔（21日～）

*番組の内容やタイトルは変更となることがあります。

*番組情報は右記QRから

問合せ 広報戦略課 内線 509

