



笑顔あふれる緑の里

発行  
社南公民館  
種池2丁目206  
TEL 35-9559

第445号  
令和6年  
7月20日発行

# 社南公民館だより

# 8月

## 8月行事日程

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 (休館日)	6 ふれあいサロン (社南)	7 ふれあいサロン (江守の里)	8	9 ふれあいサロン (淵町)	10
11 (休館日) 山の日	12 (休館日) 振替休日	13	14	15	16 自治会定例会 19:30~21:00	17
18 (休館日)	19 (休館日)	20 ふれあいサロン (新種池)	21 ふれあいサロン (福)	22	23	24
25	26 (休館日)	27 健康麻雀	28	29	30	31

社南公民館  
LINE@お友だち募集中

QRコード  
@yashirom

社南公民館のHP  
公民館だより・教育事業・今月の行事・自主グループ・各種申込などご覧いただけます。メールやLINEでも情報発信しています。  
是非ご登録ください。

\* \* 8月休館日 \* \*  
5日・11日・12日・18日・19日・26日  
毎週月曜日・祝日・第3日曜日は  
休館日です  
『開館時間』  
火~土 9:00~21:00  
(窓口は18:00まで)  
日曜日 9:00~17:00  
※いずれも夜の利用が無い場合は  
17:00閉館となります

社南地区の人口  
(7月1日現在)  
世帯数 5,382世帯  
(前月比-7世帯)  
男性 6,555名  
女性 6,955名  
合計 13,510名

## 熱中症に気を付けよう!

熱中症とは  
高温多湿な環境に長くいることで徐々に体内の水分や塩分バランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもってしまう状態です。

- ・意識してこまめな水分補給をしましょう。
- ・3食きちんと食べましょう。
- ・夜更かしせず、睡眠をとりましょう。

涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



水分・塩分補給



熱中症警戒アラートが発表されたら  
昼夜を問わずエアコン等を使用して温度調節しましょう。  
休息や水分補給・塩分補給をしましょう。  
外出をできるだけ控えましょう。