

ハザードマップの訂正とお詫び

配布中のハザードマップにおいて、避難場所の名称及び住所に誤りがありました。正誤及び該当マップは、次のとおりです。訂正してお詫び申し上げます。
問合せ先 防災安全課防災係（窓口⑩）☎③④145

避難場所	正誤	該当ハザードマップ
中ノ山	(誤)中入山 (正)中ノ山	【津波ハザードマップ】 下田・稲生沢 【津波避難計画地図】 下田・稲生沢
相玉公会堂	(誤)相玉 298-7 (正)相玉 282-3	【土砂災害・洪水ハザードマップ】 稲梓1、稲梓2 【津波ハザードマップ】 全域版・下田・稲生沢・朝日・浜崎・白浜
下田東中学校	(誤)須崎 1106 (正)柿崎 1106	【津波ハザードマップ】 浜崎・白浜 【津波避難計画地図】 浜崎・白浜
荒川区立 下田臨海学園	(誤)須崎 17-27 (正)柿崎 17-27	【津波ハザードマップ】 浜崎・白浜 【津波避難計画地図】 浜崎・白浜
下田幼稚園	(誤)敷根 765-1 (正)1丁目 17-2	【津波ハザードマップ】 浜崎 【津波避難計画地図】 浜崎

水道当番工事店

※修繕費は有料です。

分担期間	工事店	電話番号
8月 3日～8月 9日	(有)菊地ポンプ商会	22-1085
8月 10日～8月 12日	土屋設備	22-6506
8月 13日	(株)外岡組	22-1769・22-1250
8月 14日	斉藤住設	22-7245
8月 15日	(有)渡辺住宅設備	27-1300
8月 16日	ヤマト設備工業(株)	23-3570
8月 17日～8月 23日	須原設備	28-1079
8月 24日～8月 30日	杉本設備工業(株)	22-3040
8月 31日～9月 6日	(有)菊地ポンプ商会	22-1085

受付：「平日」午後5時15分～翌午前8時30分、「土・日・祝日」午前8時30分～翌午前8時30分

乳幼児健診 ※対象が変更となる場合があります。				
相談日	内 容	対 象	時 間	場 所
9月10日(木)	3歳児健診	H29年3月～5月10日	12：50～14：00	中央公民館
10月9日(金)	1歳6か月児健診	H30年12月12日～H31年2月		

9月の市民相談				
相談日	内 容	対 象	時 間	場 所
9月 4日(金)	年金相談	どなたでも(要予約)	9：30～11：30 13：00～14：00	市役所 中会議室
9月 8日(火)	2歳児健康相談	H30年8月生	8：50～ 9：50	文化会館 大会議室
	2歳6か月児健康相談	H30年2月生		
9月 9日(水)	市民相談	どなたでも(要予約)	10：00～15：00	市役所 大会議室
	法律相談		9：30～12：00	
9月 23日(水)	市民相談		10：00～15：00	

ひよこサロン

(参加費無料)
☎②3294 (社会福祉協議会)

絵本、パネルシアター、手遊び、折り紙 等
日 時 8月16日(木)10時～11時
場 所 道の駅開国下田みなと 4階
※くつ袋や飲み物を持参してください。
大人の方はマスクを着用してください。

ぜひ図書館にお越しください。

図書館だより

問合せ先 市立図書館 ☎②②0352 ●休館日／毎週月曜日、第4木曜日及び祝日

新着案内 毎週水曜日開架

成人向け書 名	著者名	出版社
四畳半タイムマシンブルース	森見 登美彦	KADOKAWA
俺の残機を投下します	山田 悠介	河出書房新社
ポーラスター3 フィデル出陣	海堂 尊	文藝春秋
毒島刑事最後の事件	中山 七里	幻冬舎
希望の峰 マカルー西壁	笹本 稜平	祥伝社
自分で書く「シンプル遺言」 簡単なのに、効力抜群！	竹内 亮	講談社

児童向け書 名 著者名 出版社

ねこになっちゃった！	角野 栄子	小学館
ムーミンやしきのすがたの 見えないおきゃくさま	トーベ・ヤンソン	徳間書店
ねぐせのしくみ	ヨシタケ シンスケ	プロンズ新社
この世界のしくみがすべてわかる ジュニアサイエンス大図鑑	スミソノアン協会	河出書房新社
ぼくだけのぶちまけ日記	スーザン・ニールセン	岩波書店
続 学校に行きたくない君へ	全国不登校新聞社	ポプラ社

7月の
アートギャラリーの様子

外岡 澄子さん
「クレイクラフトフラワー」

今月のミニミニあーとぎゃらりー

豊田千尋さん
「絵画」

募集中! ミニミニあーとぎゃらりー展示作品

市立図書館には「ミニミニあーとぎゃらりー」という展示コーナーがあり、皆さまの作品を随時募集しています。絵画、写真、書、手芸、コレクション…何でもOKです。グループでの展示も大歓迎です。興味のある方は図書館までお気軽にお問合せください。

6月届

お誕生日おめでとう
あかるくすこやかに

6月16日から7月15日届け分
(敬称略)

戸籍のまど

地区	氏名	年齢
一丁目	望月 春雄	17
二丁目	白井 眞次	17
江波 征一	17	19
飯妻 龍雄	29	19
田中 邦治	19	27
清水	61	72

地区	氏名	年齢
立野	山崎 咲菜	初規
大沢	尾崎 葵伊	洋介
西中	中西 紬那	博基
金指	瑛太	皓太

人のうごき

住民登録人口 7月1日 増減

男	10,139	-18
女	10,878	-11
計	21,017	-29
世帯数	10,747	
出生	4	転入 34
死亡	25	転出 42

7月届

旧岡方村

蓮台寺	小林 公夫	20
大賀茂	大川 英雄	21
田牛	渡邊 千代子	26
白浜	金指 吉一	26
藤井	厚子	23
土屋	長之	16
鈴村	芳弘	7
飯田	義邦	6/30
松本	日出生	11
敷根	松本	81
西郷	飯田	80
高馬	山本 優	9
渡邊	了子	2
藤原	和義	6
金澤	菊枝	10
中川	さかゑ	13
土屋	みゆき	4
西田	久子	8
須崎	土屋	91
須原	土屋	95
蓮台寺	金澤	82
西中	中川	93
大沢	尾崎	86
西中	中西	81
金指	瑛太	90
金指	瑛太	60
金指	瑛太	80
金指	瑛太	81
金指	瑛太	87
金指	瑛太	89
金指	瑛太	68
金指	瑛太	94
金指	瑛太	89
金指	瑛太	85
金指	瑛太	93

メデイカル
通信

脱水症の水分補給

内科 吉田 貴光

下田メデイカルセンター内科医師の吉田です。今回はこの時期に増える脱水症について説明します。

脱水症は文字通り、体内の水分が不足している状態です。特に高齢者では脱水症が起きやすいため、注意が必要です。高齢者に多い原因として、①口渇中枢が鈍感になってい(体内の水分が不足しても喉の渇きを感じづらい)②体内に貯蓄してある水分量が少ないことが挙げられます。外来をしていると飲水量が足りていない患者さんが非常に多いです。喉の渇きを感じるセンサーは加齢に伴い、どうし

でも鈍くなっていますので、喉の渇きを感じた時点で脱水はある程度進んでいます。よく言われるように喉の渇きを感じる前に定期的に水分を摂取する必要があります。体格にもよりますが、3食＋500mlの0.00mLの飲水が必要のため、ペットボトル500mLを1日1.5本摂取していただけだと脱水はある程度防げます。もちろん体調が悪く食事が十分に摂取できないときや、汗をかくときには更に多くの飲水量が必要となります。よく聞かれますが、飲むものは経口補水液でなくてもお茶や麦茶で問題ありません。畑仕事などで汗を多くかく方には市販のスポーツドリンクを同じ量の水で割ったものを勧めています。原液では糖分が多く、飲んだのに喉が渇いたり、尿量が多くなり脱水を引き起こしたりしてしまいう可能性があるのでお勧めしません。

コロナウイルスで大変な時期ですが、脱水にならないよう夏を乗り切りましょう。

問合せ先 下田メデイカルセンター ☎②⑤2525