



加古川市防災センター

応急手当を学ぶ救命講習

止血法などの応急手当と成人を対象とした心肺蘇生法とAEDの使い方。修了証を交付します。

※マスクを着用願います。

①普通救命講習I

日時 7月14日(木) 午前9時～正午

②普通救命講習I(WEB)

日時 7月23日(日) 午前9時～11時(事前に消防庁応急手当WEB講習を学習した人)

【②共通】

場所 加古川市防災センター

対象 播磨町、稲美町、加古川市に在住か在勤の人

定員 先着各18人

申込み 講習会開催の2日前までに電話にてお申し込みください

加古川市防災センター ☎079(423)0119

※月曜日、第3日曜日、祝日は休館のため、申し込み・問い合わせはできません。

加古川市消防本部 防火管理者再講習

不特定多数の人が出入りする建物のうち、建物全体の収容人員が300人以上の防火管理者は、5年ごとに再講習を受講しなければなりません。

日時 8月5日(金) 午後1時30分～4時30分

場所 加古川市防災センター

定員 先着80人

申込み方法 7月4日(月)午前9時から8日(金)午後5時15分までに申し込みフォーム(QRコード、24時間受付可)から申し込んでください

※電話・郵送での申し込みは不可。

必要な物 講習費用3千200円、防火管理講習修了証

講習当日に持参してください。

問合せ 加古川市消防本部 予防課 ☎079(427)6532



防火管理者再講習申し込みフォーム

加古川市消防本部 熱中症に注意しましょう

熱中症は、屋外だけでなく住宅などの屋内でも発生し、子どもから高齢者まで幅広い年齢層で注意が必要です。また、コロナ禍はマスクの着用や運動不足などでさらに熱中症になりやすいといわれています。

予防のポイント

喉が渇く前にこまめに水分補給

適宜換気とエアコンを使用

暑さに負けない体作り

屋外では人と2メートル以上距離を取り、マスクを外して休憩

規則正しい食事と睡眠

知っておきたい熱中症に関する大切なこと

毎日「暑さ指数」をチェック(熱中症警戒アラート発表時は特に注意)

熱中症による死者の約8割が高齢者

約4割が自宅で発生

問合せ 加古川市消防本部救急課 ☎079(427)6552



加古川市消防本部



ポールウォーキング教室

姿勢がよくなり、健康に効果的です。この教室では、ポールの使い方や歩き方、体操など基礎的なことが学べます。

対象 播磨町民(年齢は問いません)

日時 7月27日(水) 午前10時30分～正午

場所 野添コミセン1階 多目的ホール

費用 無料

持ち物 タオル、水分補給できるもの、動きやすい服装(ポールは役場で用意します)

申込み・問合せ

すこやか環境グループ ☎079(435)2611

料理教室

今月のテーマは「減塩料理(高血圧症予防)」です。

持ち物 エプロン、バングナ、ふきん、筆記用具 ※マスクは必ず着用してください。

申込み・問合せ 事前に申し込みください

加古川市消防本部 熱中症に注意しましょう

熱中症は、屋外だけでなく住宅などの屋内でも発生し、子どもから高齢者まで幅広い年齢層で注意が必要です。また、コロナ禍はマスクの着用や運動不足などでさらに熱中症になりやすいといわれています。

予防のポイント

喉が渇く前にこまめに水分補給

適宜換気とエアコンを使用

暑さに負けない体作り

屋外では人と2メートル以上距離を取り、マスクを外して休憩

規則正しい食事と睡眠

知っておきたい熱中症に関する大切なこと

毎日「暑さ指数」をチェック(熱中症警戒アラート発表時は特に注意)

熱中症による死者の約8割が高齢者

約4割が自宅で発生

問合せ 加古川市消防本部救急課 ☎079(427)6552



加古川市消防本部

すこやか環境グループ いずみ会料理教室

日時 7月25日(月) 午前10時～11時

対象 町内在住の平成31年4月2日～令和2年4月1日に生まれた子どもとその保護者

日時 7月26日(火) 午前10時～11時

講師 NPO法人スポーツクラブ21はりま

定員 各先着20組

持ち物 お茶、タオル ※動きやすい服装でお越しください。

申込み・問合せ 7月1日(金)午前9時から電話または直接受け付けます。

北部子育て支援センター ☎078(944)0717

※駐車場が少ないので、徒歩か自転車でお越しください。

北部子育て支援センター 親子で運動遊び

年齢別に2日間、開催します。ご家族も、就学前までの兄弟姉妹も参加できます。

対象 町内在住の令和2年4月2日～3年4月1日に生まれた子どもとその保護者

申込み・問合せ 事前に申し込みください

加古川市消防本部 熱中症に注意しましょう

熱中症は、屋外だけでなく住宅などの屋内でも発生し、子どもから高齢者まで幅広い年齢層で注意が必要です。また、コロナ禍はマスクの着用や運動不足などでさらに熱中症になりやすいといわれています。

予防のポイント

喉が渇く前にこまめに水分補給

適宜換気とエアコンを使用

暑さに負けない体作り

屋外では人と2メートル以上距離を取り、マスクを外して休憩

規則正しい食事と睡眠

知っておきたい熱中症に関する大切なこと

毎日「暑さ指数」をチェック(熱中症警戒アラート発表時は特に注意)

熱中症による死者の約8割が高齢者

約4割が自宅で発生

問合せ 加古川市消防本部救急課 ☎079(427)6552



加古川市消防本部

7月のすくすく保健行事と相談

※新型コロナウイルス感染症の影響で中止または延期になることがあります。ホームページでご確認ください。

Table with 4 columns: 内容, 日時(受付時間)/場所, 対象, 備考(*は持ち物). Rows include 乳児健康診査, 10か月児健康診査, 1歳6か月児健康診査, 3歳児健康診査.

Table with 4 columns: 内容, 日時(受付時間)/場所, 対象, 備考(*は持ち物). Rows include 授乳相談, 赤ちゃん相談.

7月のいきいき保健相談

Table with 4 columns: 内容, 日時(受付時間), 場所, 対象. Rows include 健康・栄養相談, 特定健診・がん検診(予約制).

加古川健康福祉事務所の保健相談
こころのケア相談
エイズ・肝炎ウイルス検査相談
専門栄養相談

東はりま夜間休日応急診療センター
加古川歯科保健センター
※いずれも急患を受け付けしますので、不急の人はご遠慮ください。