

会計課の延長窓口が9月4日から 予約制に変わります！

問 会計課 ☎0956-72-1111 (内線 100、104、106)

会計課では、平日の業務時間内に来庁できない人が利用できるように、火曜日と木曜日に窓口の開設時間の延長を行っています。

コンビニでの公金収納業務開始などに伴い、利用者が少なくなっていることから、会計課での延長窓口の受付方法を次のとおり変更します。

[8月まで] ※事前予約は不要です。

開設曜日	開設時間
火曜日・木曜日	午後5時15分～6時30分

[9月から] ※事前予約が必要です。

開設曜日	予約方法
火曜日・木曜日	当日午後3時までに 会計課への電話予約

※予約がないときは、係員が残っていません。

元寇カプセル開封式を開催します

問 政策企画課 ☎内線 315
鷹島支所地域振興課☎内線 603-26

旧鷹島町は、昭和63年10月18日に、鷹島モンゴル文化親善協会設立の記念事業の一つとして、「元寇カプセル」(タイムカプセル)を鷹島開発総合センターの敷地に埋設しました。

この度、30年の時を経て、タイムカプセルの開封式を開催します。開封したメッセージは一般公開いたしますので、ぜひご来場ください。

なお、当日は、10時から鷹島総合開発センター敷地内において元寇記念祭も開催されます。

日時 8月30日(木) 午前11時～正午

場所 松浦市鷹島開発総合センター
(鷹島町神崎免146番地)



熱中症を予防しましょう

問 健康ほけん課健康推進係 ☎内線 129、166

熱中症は、誰でも、いつでも、どこでも、かかってしまう危険性があります。

特に気温が急上昇するようなどときには、注意が必要になります。日頃から予防を心がけましょう。

予防1…暑さに負けないからだづくり

- 水分をこまめに、塩分を適度に摂りましょう。
- 睡眠環境を快適にしましょう。
寝ている間に熱中症になってしまうこともあります。
通気性の良い寝具を使ったり、エアコンや扇風機を上手に使い、睡眠環境を整えましょう。
- 丈夫な体を作りましょう。
バランスの良い食事やしっかりとした睡眠をとり、丈夫な体を作りましょう。

予防2…暑さに対する工夫

- 気温と湿度を確認し、室内を涼しくしましょう。
室内の場合は、風通しを良くしたり、エアコンなどを利用して適度な室温を作りましょう。
- 衣服の工夫や、日差しの対策をしましょう。
通気性の良い衣類や、吸水性や速乾性に優れた素材を選び、暑さを調整しましょう。
また、帽子や日傘を利用することで直射日光を避けましょう。

気温 28～30℃、湿度 50～60%
上記の値になると、注意が必要です。

予防3…暑さから身を守る

- 飲み物を携帯し、こまめに休憩を取りましょう。
野外活動やスポーツなどをする場合は、特に注意が必要です
- 熱中症指数を確認しましょう。
テレビやラジオ、Webなどでも情報が提供されています。
熱中症の危険度を知ることも予防に繋がります。



熱中症になった場合の対応

- 涼しい場所に移動する、させる。
- 衣服を緩める又は脱がせ、身体を冷やす。
- 足を高くして寝かせる。
- 水分、塩分を補給する。

※意識がはっきりしない場合は、救急車を呼びましょう。





夏場の食中毒に注意しましょう

問 健康ほけん課健康推進係 ☎内線 129、168

夏は気温の上昇とともに細菌による食中毒が増える季節です。抵抗力の弱い高齢者や幼児などは、重篤な症状が出る場合もあり、特に注意が必要です。

食中毒はなぜ起こるのか

6月の梅雨時期に加え、夏は気温と湿度が上がり細菌が増殖する環境が整うことが大きな要因です。

食中毒の主な症状

下痢、嘔吐、腹痛、発熱、脱力感、腹部のけいれん、脱水症状などです。

食中毒は2割近くが家庭の食卓で発生しています。

食中毒予防の3原則は食中毒菌を「付けない・増やさない・やっつける」です。

以下のポイントに注意して食中毒を予防しましょう。

【食中毒を防ぐためのポイント】

- ・ 生鮮食品は新鮮なものを選びましょう。
- ・ 冷蔵、冷凍品は持ち帰ったらすぐに冷蔵庫、冷凍庫にいれましょう。
- ・ 調理や食事の前には必ず石鹸を使って手を洗いましょう。
- ・ 加熱して調理する食品は十分に火を通しましょう。
- ・ まな板などの調理器具は熱湯をかけてしっかり殺菌し、よく乾燥させましょう。
- ・ 調理した食品は、室温に長く放置しないで早めに食べましょう。
- ・ 冷蔵庫は低温を保つために食品を詰め込まないようにしましょう（目安は庫内の7割程度）。



消費生活センターだより

問 松浦市消費生活センター ☎内線 180、直通 72-1861

突然の警告表示は セキュリティソフトの広告かもしれません

【相談事例】

検索サイトを見ていた時に、画面がピカピカと光る警告のようなものが表示された。「パソコンにエラーがあるので、無料ソフトをダウンロードするように」と記載されていたため、ダウンロードした。

すると、次に「修復には有料で登録する必要がある」という画面が表示された。すぐに画面を閉じたが、パソコンを立ち上げるたびに警告画面が表示される。

(60代 男性)

《ひとこと助言》

- ・ 突然現れる警告表示は、本当の危険やエラーなどを知らせるものだけとは限らず、消費者の不安を煽りソフトの購入手続きに誘導する「広告」の可能性があります。
- ・ 信頼できる表示かどうかわからない場合には、クリックしないようにしましょう。よく分からない業者に遠隔操作を許可してしまうと、知らない間に定期購入にされたり、個人情報などを抜き取られ悪用される可能性があります。

※おかしいなと思ったときは、消費生活センターにご相談ください。