

内容	日にち		場所		開催時間
介護予防教室	3、17、24、31 日（金）		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 11:30
	10 日（金）		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 14:00
	3、10、17、31 日（金）		福島保健センター		9:30 ～ 11:30
	24 日（金）		福島保健センター		9:30 ～ 14:00
	2、9、16、30 日（木）		鷹島公民館		13:30 ～ 15:30
すっきり元気教室	毎週水曜日		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 11:00
	毎週水曜日		福島保健センター		
	毎週木曜日		ふくふく 2011		
	毎週木曜日（23 日を除く）		鷹島公民館		
内容	日にち	場所	日にち	場所	開催時間
高齢者健康教室（鷹島）	1 日（水）	里公民館	24 日（金）	黒島公民館	13:30 ～ 15:00

まちの話題

知つとび

まつうらマルシェ

暮らしの掲示板

連載コーナー

戸籍だより

発見

けんこうのたね

今月のたね

子どもの「隠れ脱水」に注意！

このような症状があれば脱水症状かも
早めに受診しましょう。

☐ 唇の乾燥

☐ 口の中がネバネバしている

☐ 食欲が落ちる

☐ なんとなく元気がない

☐ 尿の回数が少ない / 色が濃い

隠れ脱水症の見つけ方
尿の色でセルフチェック▶

今月の隊長

平野作業療法士

知ってた？隠れ脱水

気づかないうちに体の水分が不足し、脱水症になる一歩手前の状態のことを言います。

子どもは脱水になりやすい

子どもは大人より代謝が活発で、体内の水分量が多く失われやすい上に、体温調節機能も未熟なため、大人より脱水になりやすいです。

周りの大人ができること

起きたとき、食事のとき、お出かけの前後、お風呂上がり、寝る前など、決まったタイミングで水分をとる習慣をつけましょう。

子どもは遊びに夢中になると、水分補給をつい忘れてしまいます。

大人がこまめに、声をかけてあげることがとても大切です。

新車がお得！

スーパー乗るだけセット

例えばダイハツミライースLSAⅢが

7年リース
月々定額 **1万円** (税抜き)

※ 税込11,000円×84回、ボーナス月64,680円加算（年2回）

※ 写真はイメージです。

車検代、税金もコミコミ！
バッテリー、タイヤなど
メンテナンス費用もコミコミ！

0120-77-8799
AM9:00～PM7:00

車楽館

平戸市田平町小手田免1255-3 南ニシ・マイカーセンター

あなたのための

補聴器

あります

聴力のプロ
メガネ店

認定補聴器技能者の店

聴力測定室完備

佐々町 尚時堂
補聴器センター

■ 佐々ショッピング店
営業時間/ 9:30～18:30
TEL 0956-63-2110

■ マックスパリュ佐々店
営業時間/10:00～19:00
TEL 0956-63-2235

各種相談、イベントなどの情報

内容	日にち	場所	問合せ先
折り梅カフェ※ 1	2 日（木）、8 月 6 日（木）	すこやか青プラザ 4 階	長寿介護課☎内線 177
身体障害者相談	10 日（金）	すこやか青プラザ 1 階	福祉事務所☎内線 198
手をつなぐサロン※ 2	17 日（金）	すこやか青プラザ 1 階	事務局 ☎ 090-5020-2602
つくしの会※ 3	22 日（水）	すこやか青プラザ 3 階	健康ほけん課☎内線 129
出張年金相談（要予約）	23 日（木）	すこやか青プラザ 3 階	☎ 0956-34-1189
就職なんでも相談（要予約）	23 日（木）	すこやか青プラザ 3 階	☎ 0956-25-3490
身体障害者相談（福島地区）	27 日（月）	福島保健センター	福祉事務所☎内線 198
身体障害者相談（鷹島地区）	28 日（火）	鷹島支所	福祉事務所☎内線 198

※ 1 認知症の人と家族の集い ※ 2 障害者などの支援者の集い ※ 3 ひきこもり・不登校の家族のつどい

みんなで防ぐ 消費者トラブル掲示板

問合せ先 消費生活センター ☎内線 180

最新情報は国民生活センター HP をチェック



急がせる修理は危険！悪質な訪問業者に注意

トラブル内容

・突然事業者が来訪し「お宅の屋根瓦がずれているのが見えた。無料点検しますよ」と言われ点検をお願いした。
屋根瓦の写真を見せられ「このまま放置すると雨漏りで大変なことになる」と約 60 万円の工事の契約をした。
しかし、急がされて高額な契約をしたことに不安を抱いたので解約をしたい。

ひとことアドバイス

・「今直さないと大変なことになる」などと不安を煽り、その場で契約をさせる手口があります。
・工事の必要性、工期や費用が適正なのか、すぐに判断するのは難しいため、その場で契約せず、複数の事業者から見積もりを取って検討しましょう。
・契約トラブルで困ったときは消費生活センターにご相談ください。

おかしいと思ったら、すぐに相談を！消費者トラブル以外の市民相談も受け付けています



無料駐車場完備！！

ボートレース大村のレースを中心に
SGレースや全国各地のレースも発売！



ボートレース
チケットショップ 松浦



松浦市今福町滑栄免265 TEL 0956-74-1410

【公式HP】

BTS松浦



ボートレース大村

