

熱中症にご注意ください！

岡消防本部警防課 TEL 23-0119

▶熱中症とは、温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働きにくくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害を起こす症状のことです。

熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です！

熱中症の予防行動のポイントとして以下の項目を心掛けましょう

- ①部屋の温度に注意し、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。また、こまめに換気をしましょう。
- ②のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- ③涼しい服装、日傘や帽子で暑さを避けましょう。
- ④熱中症警戒アラート発令中は外出をできるだけ控え暑さを避けましょう。



こども家庭センターを開設しています

岡こども家庭センター TEL 24-1390

▶子育てに関する情報提供や悩み相談を受け付けています。妊娠期からお子さんの社会的自立まで、誰もが孤立することなく支援を受けられるよう、サポートします。お気軽にご相談ください。

3つの機能が一体化！

お子さんと保護者の支援をより円滑に

【母子保健機能】

妊娠期からお子さんの成長発達を継続的に把握し、必要な情報提供や支援を行います。

【子育て世代包括支援センター機能】

育児に関する情報提供や相談、悩み相談を行います。

【子ども家庭総合支援拠点】

妊産婦や家庭などからの相談に応じるほか、こどもの虐待への対応などを行います。

／すくすく赤ちゃんクーポン券拡充／

乳児おむつ、乳児ミルク、ベビーフードなどにも利用できる1枚1,000円のクーポン券に変わりました。

対象者：令和6年4月1日以降に生まれた0歳児のお子さんがある保護者で、お子さんとともに本市に住民票があり、同居している人

申請場所：こども家庭センター(石岡保健センター内)、こども未来課、市民窓口課

※詳しくは二次元コードからご確認ください▶



広告掲載欄

広告掲載欄

おしらせ

国・地方共通相談チャットボットGovbotがリリースされました

▼多くの国民の皆さんに関わる定額減税や子育て、マイナンバー、医療保険、年金、税、不動産登記、戸籍など、さまざまな分野の質問に応えます。応えられる分野は今後も増やしていく予定です。ほかにも、困ったときに相談できる相談窓口を探すことができます。

Govbotとは？

国や地方自治体に寄せられる様々な制度や、給付金などに関する質問に回答するチャットボット

※二次元コードからアクセスできます▼



岡茨城行政監視行政相談センター

Tel 029・221・3347

大会結果

令和6年度石岡市ソフトボー

ル協会長杯大会

4月7日／八郷総合運動公園

多目的広場

優勝／ブレイド

岡市スポーツ協会事務局

Tel 26・7210(月・祝除く)

よい歯のコンクール

①令和6年度茨城県親と子の

よい歯のコンクール

対象者／満3歳～6歳、かつ平成30年4月2日から令和3年4月1日までの間に生まれたお子さん(未就学)

と母親または父親

②令和6年度8020高齢者

よい歯のコンクール

対象者／昭和19年3月31日以前の生まれ(80歳以上)で自分の歯を20本以上保っている人(治療ありでも可)

①・②共通

応募期間／7月19日迄必着

※申し込み後に歯科医院で口腔診査を受けていただく期間は8月2日迄まで
※本コンクールで入賞歴がある人(組)の再応募はご遠

慮ください。

入賞者／10人(組)程度

※応募方法などの詳細についてはこちらから▼

岡県歯科医師会

Tel 029・252・2561



令和5年度石岡市スポーツ振興奨励表彰式を行いました

市では毎年、スポーツ振興発展および地域のスポーツ水準向上へ貢献された方々を表彰しています。3月11日に行われた表彰式では、スポーツ振興奨励表彰として個人13人を表彰しました(当日1人欠席)。

【表彰者の実績(一部)】

関東高等学校ウエイトリフティング競技大会男子89kg級優勝、全国小学生バドミントン選手権大会女子シングルス6年生の部優勝・6年生女子ダブルスの部第5位・男子団体第5位、ジュニアゴルフ競技大会優勝、全日本シニア・マスターズ体操選手権大会(70代の部)準優勝

岡茨城スポーツ振興課(内線1444)



広告掲載欄

広告掲載欄