

熱中症にご注意ください

熱中症とは、暑い環境の中、気温や湿度、日光などが関係して発生する症状で、健康に与える影響は深刻です。特にお年寄りや小さいお子さんなど、体温調節能力が低い年代には注意が必要です。

ご家庭や事業所で節電対策を講じられる際も、正しい知識を踏まえて十分に注意しましょう。

予防策

- こまめな水分・ミネラル補給をする（ビールなどのアルコールは厳禁です）
- 通気性の良い服装と外出時には帽子をかぶる
- 暑い時間帯の活動を避ける
- 睡眠不足や体調不良時には日中の外出を避ける

応急措置

- 衣類をゆるめ、涼しい日陰やエアコンの効いた室内に移動して、身体を冷やす（冷やしたタオルを手足に当てる）
- スポーツ飲料などを補給する
- 意識がはっきりしない場合は救急車を呼ぶ

NHK高山70周年記念

「北アルプス朗読紀行」観覧者募集

NHK高山支局の70周年を記念し、飛驒山脈（北アルプス）を舞台とした新田次郎作品を朗読でお届けします。

出演者ゲスト ● 高野志穂（女優）／演奏・吟遊音楽家・チャッキー／朗読・高橋淳之（ラジオ深夜便アンカー）ほか

日時 ● 9月8日(土) 午後2時～3時30分

場所 ● 奥飛驒総合文化センター（奥飛驒温泉郷村上）

申込方法 ● 往復ハガキで8月20日(月)必着
〈往信表面〉〒500-8554 NHK岐阜放送局「北アルプス朗読紀行」係

〈往信裏面〉郵便番号、住所、名前、電話番号を明記

〈返信表面〉郵便番号、住所、名前を明記

〈返信裏面〉何も書かないでください

※個人情報は受信料のお願いに使用場合があります

問合せ | NHK岐阜放送局 ☎058-264-4611
(平日午前9時30分～午後6時)

国体

8月11日(土) 午後0時30分～5時 飛驒高山ビッグアリーナ

バスケットボール選抜チーム試合

岐阜県選抜チームの試合を応援してください



選手監督用記念品・根付教室
はじめての方でも挑戦できるように、飛驒一位一刀彫協同組合から講師を招いて、彫刻刀の持ち方や彫り方を習いながらミナモ根付ストラップを作る教室を開きました。



ギフとフラッグ・清流こよみぶね作製ワークショップ
国体で使われる「ギフとフラッグ」・「清流こよみぶね」のワークショップを6月下旬、飛驒高山まちの博物館で行いました。

飾り花プランター
競技会場を花いっぱいにするため、選手や監督などを温かく迎えるために設置する「飾り花プランター」の育成に、多くの市民のみなさんに取り組んでいただいています。
7月2日には、飛驒高山高



高山市に集まる選手や監督（約3000人）に「おもてなし応援グッズ」としてプレゼントします。
多くの市民のみなさんが参加し、かわいらしいミナモの根付ストラップを作っています。



みんなで国体応援グッズを作りませんか
国体の各競技会場に掲げる「手づくり歓迎装飾品（応援のぼり旗など）」を作ってみませんか。
子ども会やサークル団体などで取り組んでいただけの方を募集中です。
※詳しくは国体推進課までご連絡下さい



校山田校舎の生徒が、プランター育成説明会を開き、育て方などを参加者に教えました。

問合せ | 国体推進課
☎35-3185