これから夏本番　熱中症に注意を

問健康推進課☎046(235)7880

熱中症は、暑い環境で体温の調整ができなくなった状態のことです。めまいや吐き気・頭痛・失神などを引き起こし、死に至る可能性もあります。急に気温が高くなるなど、体が暑さに慣れていないと熱中症リスクが高まるため、今のうちから予防しましょう。

3つの要因

①環境

気温が高い・湿度が高い・風が弱い・急に暑くなった　など

②からだ

高齢者・乳幼児・肥満の方・基礎疾患のある方・体力不足の方・体調が悪い方・汗が出ない状態　など

③行動

激しい筋肉運動・慣れない運動・長時間の屋外作業　など

熱中症対策

取り組んでいるものにチェックを入れて対策をしましょう。

□エアコンと扇風機を活用している
□室温を測っている
□部屋の風通しを良くしている
□のどが渇く前にこまめに水分・塩分補給をしている（1日あたり1・2ℓが目安）
□シャワーやタオルで体を冷やす
□暑いときは外出を控えるなど無理をしない
□涼しい服装をしている、外出時は日傘や帽子を使用している
□涼しい場所・施設を利用している
□緊急時・困ったときの連絡先を確認している

クーリングシェルターの活用を

クーリングシェルターは一時的に暑さをしのげる施設のことです。外出中の体調管理に活用しましょう。

クーリングシェルターを提供する民間施設も募集中です。詳細は市ホームページをご覧ください。

	施設名
公共施設	市役所
	えびなこどもセンター
	文化会館
	海老名運動公園 総合体育館
	北部公園体育館
	中央図書館
	有馬図書館
	えびな市民活動センター ビナレッジ・ビナスポ
	総合福祉会館
	第一高齢者生きがい会館
	海老名市温故館
	歴史資料収蔵館
	資源化センター
	コミセン・文化センター
民間施設	海老名マルイ (中央1-6-1)
	イオン海老名ショッピングセンター(中央2-4-1)
	海老名郵便局 (中央2-7-5)
	ダイエー海老名店 (中央3-2-5)
	ららぽーと海老名 (扇町13-1)
	相鉄ライフさがみ野 (東柏ケ谷3-3-15)

熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート

熱中症の危険性が極めて高いと予想される日の前日か当日に国から発表されます。防災行政無線やえびなメールサービスでもお知らせします。

環境省LINE公式アカウント

「広報えびな」の共通マークとルール

日日時・日にち　期期間　時時間　場場所
対対象　定定員　内内容　講講師　費費用
持持ち物　他その他　任任期　条条件
主主催　EEメール　HPホームページ
問問い合わせ　申申し込み　予予約制
祝除祝日・振替休日を除く　休休み

高齢者対象の教室など

えびな健康マイレージ対象

- **市〇〇〇課への郵送**…「〇〇〇課へ」とあるものは「〒243-0492 海老名市役所〇〇〇課行」で届きます
- **市役所開庁時間**…省略している場合は原則「㈪～㊎8時30分～17時15分」

五・七・五で市の魅力を詠む「海老名の魅力川柳」を募集

問シティプロモーション課☎046(235)4574

市の魅力を詠んだ川柳を3つの部門で募集します。作品は、市のスローガン「住みたい 住み続けたいまち 海老名」を発信するため、さまざまな媒体で活用します。

案内ページ

活用例

- 「広報えびな」に掲載
- 市公式SNSで紹介
- 市役所エントランスホールで展示 など

【部門】①住みやすさ部門②風景部門③フリー部門

【応募点数】1人5点まで

【応募期間】5月1日(木)～6月2日(月)(消印有効)

【応募方法】LINE「海老名市」または市ホームページで。応募用紙を郵送または直接シティプロモーション課へも可。用紙は同課で配布のほか、市ホームページからダウンロードできます。

【その他】18歳未満の場合は保護者の同意が必要

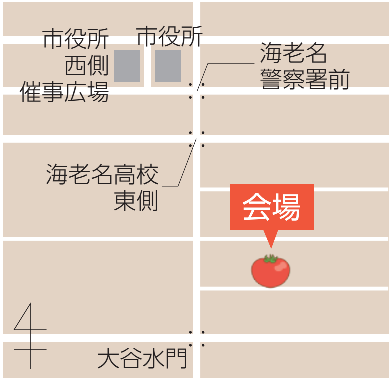
トマトのもぎ取り

問農政課☎046(235)4845

収穫したトマトは廉価で販売します。汚れてもよい服装で、直接会場へ。なくなり次第終了です。

日5月18日(日)9時から(小雨決行)

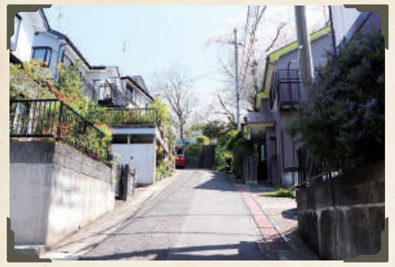
場大谷300番地のトマト温室**持**剪定（せんてい）ばさみ**他**海老名駅東口から徒歩約20分。駐車場は市役所西側催事広場を利用してください。JAさがみ海老名グリーンセンターの駐車場は利用できません

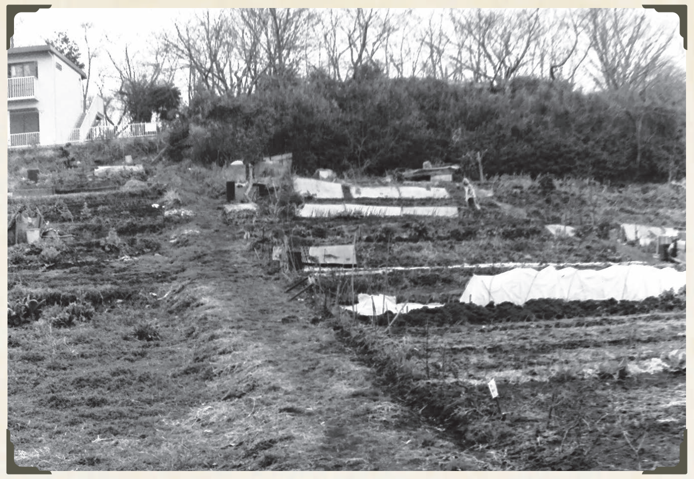


“あの景色”を見にいこう　えびなタイムマシン

第39回
坂道

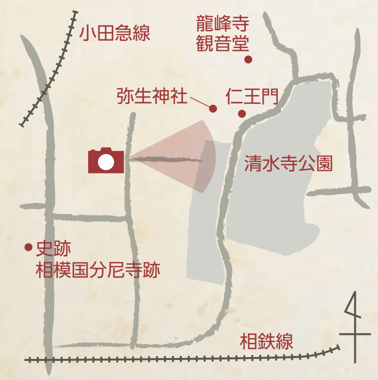
‖ 現在 ‖





‖ 平成元(1989)年 ‖

撮影場所



坂下から清水寺公園方面を撮影

石坂と清水寺（せいすいじ）の参道

坂は相模横山九里の土手上の清水寺（しみずでら）公園に向かって続き、上り切った辺り一帯に同公園と龍峰寺がある。丘陵下が住宅街になった今も坂道の面影が残る。昔は坂に石段が設けられていたとみられ、名称の由来になっている。

この地はかつて、龍峰寺が管理する清水寺の境内であり、寺に向かう4つの参道があったとされる。石坂はそのうちの1つ「中大（なかだい）門（もん）口」といわれる。

坂の造成は寛保年間(1741～1744年)。千手観音の開帳を七日間行うなど、坂の開通を祝い盛大な行事が行われたと伝わっている。