



Join us!

コミセン 通信

vol.139

〒270-1422 白井市復1458-1 Tel: 047-491-1505 Fax: 047-491-1503



今年も「熱中症警戒アラート」が発表されます!!

「熱中症警戒アラート」とは

熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の前日夕方または当日の早朝に都道府県ごとに発表されます。

「熱中症警戒アラート」が発表されたら

☆外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう

- ・昼夜問わずエアコン等を使用して温度調節しましょう。

☆熱中症のリスクが高い方に声をかけましょう

- ・高齢者、こども、特病がある方、肥満の方、障害者等は熱中症になりやすい方々です。これらの熱中症のリスクが高い方には、身近な方から、夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分、塩分補給等を行うよう、声をかけましょう。

☆普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

- ・のどが渴く前にこまめに水分、塩分を補給しましょう。(1日あたり1.2Lが目安)
- ・涼しい服装にしましょう。

☆外での運動は、原則、中止!! 延期しましょう

☆暑さ指数 (WBGT) を確認しましょう



WBGT 21~25 25~28 28~31

7月下旬より、市内小中学校が夏休みとなりました。

夏休み期間、子どもたちを事件・事故から守る為、地域の皆さまにも子どもたちの見守りにご協力いただけますようお願い申し上げます。 白井児童館



コミセン→黒字
児童館→赤字

** カレンダー **

2023年 8月

定休日：火曜日、祝日

2023年 9月

定休日：火曜日、祝日

日	月	火	水	木	金	土
		1 休	2 のびのび広場	3 おはなし会	4	5
6	7 水あそび	8 休	9 水あそび (予備日)	10	11 山の日	12
13	14	15 休	16 サロンクローバー のびのび広場	17	18	19
20	21	22 休	23	24	25	26 座禅体験 土器つと古代「志保」 ~火あこしと しおり作り~
27	28 はじき絵あそび	29 休	30	31 白井市立白井小学校 12:00まで		

日	月	火	水	木	金	土
		休			1 レク開放	2
3	4	5 休	6 のびのび広場	7 2・3歳児サークル おはなし会	8 健康体操講座① 1歳児サークル	9
10	11 親子で学ぶ 交通安全	12 休	13	14 0歳児教室	15 健康体操講座②	16
17	18 敬老の日	19 休	20 サロンクローバー のびのび広場	21 2・3歳児サークル	22 健康体操講座③	23
24	25	26	27	28 0歳児教室	29 健康体操講座④	30 白井市立白井小学校 12:00まで



コミセン&児童館 インフォメーション

コミセン 047-491-1505 児童館 047-491-0166



水あそび

8月7日(月) 10:30~11:30

プールに浮かぶ魚をすくったり、ペットボトル水路に水を流してあそびましょう。

対象：未就園児とその保護者 10組(申込順)

持ち物：濡れてもいい服又は着替え、タオル、帽子、飲み物

申込み：現在受付中!! 電話にて白井児童館へ
※天候不良の場合は9日(水)へ順延します。
両日天候不良の場合は中止となります。



はじき絵あそび



8月28日(月) 10:30~11:30

画用紙にクレヨンで好きな形や絵を描いて、その上から絵の具を塗ってみよう! 親子でいつもとは違うお絵かきを楽しんでみませんか?

対象：1歳以上の幼児とその保護者 10組(申込順)

持ち物：着替え、タオル

申込み：8月2日(水) 9時より電話にて白井児童館へ



レク開放

**9月1日(金)
13:30~14:30**

広い体育館で、全身を使って「進化じゃんけん」をしましょう。その後/バドミントンもできます。



対象：小学生以上 15人(申込順)

持ち物：タオル、飲み物、上履き

申込み：8月16日(水) 9時より
前日までに電話にて
白井児童館へ



のびのび広場

**9月6日・20日(水)
10:30~11:30**

色とりどりの透明折り紙を使い「にじいろのさかな」を作りましょう。製作しながら子育ての情報交換や保護者同士の交流をしましょう。希望者には簡易的な身体測定や手形取りもできます。

対象：未就園児とその保護者

各日10組(申込順)

申込み：8月16日(水) 9時より
各日開催日の2日前までに
電話にて白井児童館へ



親子で学ぶ交通安全

**9月11日(月)
10:30~11:30**

「秋の全国交通安全運動」に先駆け、親子で交通安全についての映像を見たり、実際に横断歩道の渡り方を練習していきましょう。移動交番車の見学も予定しています。

対象：未就園児とその保護者

15組(申込順)

申込み：8月16日(水) 9時より
9月4日(月) までに電話
にて白井児童館へ



座禅体験会 in 佛法寺

**8月26日(土)
午前8:00~9:00**

座禅は仏教修行のひとつです。いつもより少し早起きして、朝の清々しい空気の中、心落ち着く静かなひとときを過ごしませんか。

場所：天台宗 佛法寺(白井市復987)
白井駅北口から徒歩10分

対象：市内在住・在勤者 15人(申込順)

講師：杉山幸雄(コウユウ) 住職

申込み：8月16日(水) 9時より電話か
直接白井コミュニティセンターへ



健康体操講座(全4回)

**9月8日・15日・22日・29日(金)
10:30~11:30**

イスに座って出来る簡単な運動や、イスに手を掛けて立った状態での筋トレやストレッチなどを行います。運動不足を感じている方、体力をつけたい方、楽しみながら体を動かしましょう。

対象：全日程参加できる

市内在住・在勤者 20人(申込順)

講師：スタジオファビュラス主宰

皆川さとみさん

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

申込み：8月16日(水) 9時より電話か
直接白井コミュニティセンターへ