

ちばし地域づくり大学校の受講生を募集

ちばし地域づくり大学校は、地域課題を解決するために、講座や実地体験を通じて地域福祉活動・ボランティア活動の担い手や、地域でのリーダーとして活躍できる人材を養成するための学校です。基礎コースとステップアップコースがあり、自分に合ったコースを選んで受講することができます。なお、基礎コースには講座をオンラインで受講するクラスを新設しました。それぞれのコースを受講すると、1回の受講につき、ちばシティポイントを50ポイント獲得できます。



基礎コース

地域活動の知識・技能や経験が少ない方が、講義や実地体験を通じて地域活動への理解を深めます。また、個々の思いに沿った活動プランを作成し、地域で活躍できるよう実践的に学びます。



ステップアップコース

すでに地域で活動に参加している方が、リーダーとして活躍し、活動を継続できるよう団体運営を学びます。地域での活動事例や課題を踏まえて、現在の活動の見直しと新たな活動プラン作成などを行います。



対象 2021年4月1日時点で18歳以上の方

期間 9月～来年2月

募集要項 高齢福祉課、区役所地域振興課、保健福祉センター、市民センター、公民館、図書館、いきいきプラザ、社会福祉協議会など。ホームページから印刷も可。

備考 交通費などは自己負担

申込方法 8月20日(金)必着。募集要項に付属の受講申込書を、〒261-0011美浜区真砂5-21-12ちばし地域づくり大学校(認定NPO法人ちば市民活動・市民事業サポートクラブ内)へ。☎npoclub@par.odn.ne.jp、ホームページからも可。応募多数の場合は、志望動機を踏まえて、選考により受講者を決定します。詳しくは、

ちばし地域づくり大学校

コース名	講義日時	会場	定員
キックオフ講座 (全コース共通)	9/25(土)9:30～11:30	市民会館またはオンライン受講	—
基礎コース 全11回 (講義9回、 実地体験2回)	火曜日	9/7・14、10/5・19・26、11/30、 12/7、来年1/11、2/1の火曜日10:00 ～12:00	鎌取コミュニティセンター
	金曜日	9/10・17、10/8・22・29、12/3・10、 来年1/14、2/4の金曜日9:30～11:30	市民会館
	土曜日 (オンライン)	9/11・18、10/16・23・30、12/4・18、 来年1/15、2/12の土曜日14:00～ 16:00	Zoomでのオンライン 受講(一部市民会館などでの受講)
ステップアップコース 全11回(一部オンライン受講も可)	9/11・18、10/9・23・30、11/13・20・ 27、12/18、来年1/8、2/12の土曜日 9:30～11:30	市民会館	30人

*基礎コースの実地体験は、11/10(水)～29(月)に希望する団体へ参加。2回以上の参加も可

☎ちばし地域づくり大学校 ☎303-1688 FAX303-1689

熱中症を予防しましょう

熱中症は、気温が高いなどの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くなくても、湿度が高い、風が弱いなど、体が暑さに慣れていない場合は注意しましょう。



熱中症の予防方法

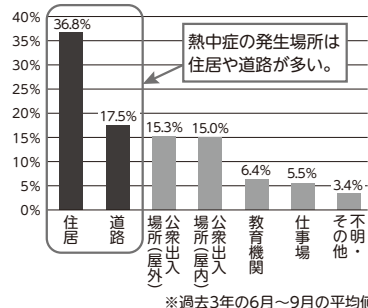
水分と塩分の補給

こまめに水分を補給し、汗をかいたら塩分も補給しましょう。

暑さを避ける

- 熱中症は住居で多く発生しています。エアコンや扇風機を活用して温度調節をしたり、遮光カーテンやすだれ、グリーンカーテンなどを利用しましょう。朝や夕方の打ち水も効果的です。
- 外出時には、日傘の利用や帽子を着用し、こまめに休憩しましょう。

発生場所別熱中症搬送割合



暑さ対策にクールシェアを

涼しい場所をみんなでシェアするクールシェアで、省エネ・節電をしながら暑さ対策に取り組みましょう。

- 家族で一つの部屋で過ごし、エアコンの使用台数を減らす
- 木陰や水辺などの涼しい場所で過ごす など

マスク着用時の熱中症にご注意を!

新型コロナウイルス感染対策でマスク着用の機会が多いですが、マスク着用時はのどの渇きに気づきにくくなるため、こまめな水分補給を心がけましょう。



特に注意しましょう

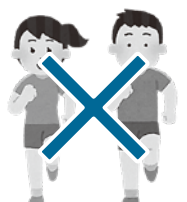
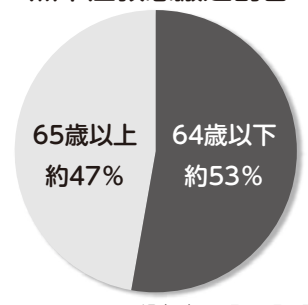
- 高齢者は、温度や湿度に対する感覚が鈍くなるため、室内でも熱中症になることが多くあります。
- 晴れた日は、地面に近いほど気温が高く、乳幼児や車いすの方は想像以上に暑い環境にいます。また、乳幼児は体温調節機能が十分発達していないため、特に注意が必要です。

熱中症警戒アラートが発表されたら

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に、その前日の夕方または当日早朝に発表されます。発表されたら、予防行動を積極的に取りましょう。

- 気温、湿度、暑さ指数を把握しましょう。暑さ指数は環境省ホームページで確認できます。
- 熱中症になりやすい高齢者、子どもなどに声をかけましょう。
- 屋外での運動や活動は中止・延期しましょう。
- 屋外で人と十分な距離(少なくとも2メートル以上)が確保できる場合は、適宜マスクをはずしましょう。

熱中症救急搬送割合



☎健康推進課(健康への影響に関すること) ☎245-5146 FAX245-5659
環境保全課(暑さ対策に関すること) ☎245-5504 FAX245-5553

救急課(救急搬送に関すること) ☎202-1657 FAX202-1659