

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では、地域福祉活動・ボランティア活動の関連講座や、地域で活動する団体での実地体験を通じて、地域づくりについて学びます。地域をもっとよくしたい、地域で困っている人の役に立ちたいと思っている方、地域づくりについて学んでみませんか。昨年の基礎コース受講生の約7割が学んだことを活かして活動を続けており、ステップアップコース受講生からは「改めて活動を見直す良い機会になった」などの声が届いています。



入門コース、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。入門コースは、団体でのボランティア体験を中心に実施します。基礎コースは、実地体験後に、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 2022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、保健福祉センターなどで配布。ホームページから印刷も可。

備考 ・交通費、保険料（任意）は自己負担

・ちばシティポイント対象事業

申込方法 8月19日（金）までに、ホームページの申し込みフォームから。募集要項に付属の受講申込書を郵送、npoclub@par.odn.ne.jpも可。郵送先＝〒261-0011美浜区真砂5-21-12認定NPO法人ちば市民活動・市民事業サポートクラブ内ちばし地域づくり大学校事務局。

詳しくは、[ちばし地域づくり大学校](#)

☎ちばし地域づくり大学校事務局 ☎303-1688 ☎303-1689（平日9:00～17:00）

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)	10/1(土)9:30～11:30	オンライン受講 (Zoom) または 市民会館	-
入門コース 全10回 (講義7回、実地体験3回)	9/16、10/7・21・28、12/16、 来年1/20・27の金曜日9:30～ 11:30	市民会館	各 20人
基礎コース 全13回 (講義11回、 実地体験2回)	火曜日 9/6・13、10/4・18・25、12/13・ 20、来年1/17・24・31、2/14の 火曜日9:30～11:30	美浜文化ホール	
	土曜日 (オンライン)	9/17・24、10/8・15・22、12/10・ 17、来年1/14・21・28、2/18の 土曜日14:00～16:00	オンライン受講 (Zoom)。一部文 化センター
ステップアップコース 全13回 (一部オンライン受講も可)	9/24、10/8・15・22・29、11/5・12・ 26、12/3・17、来年1/14・28、 2/11の土曜日9:30～11:30	市民会館	30人

*実地体験は、11/10(木)～12/9(金)に希望する団体へ参加。規定回数以上の参加も可

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、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

小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たりしましょう。朝や夕方の打ち水も効果的です。
- 外出時には、日傘を利用したり帽子を着用したりし、小まめに休憩しましょう。

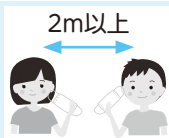
暑さ対策にクールシェアを

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。

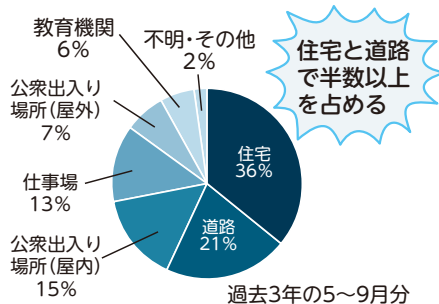
- 家族で一つの部屋で過ごし、エアコンの使用台数を減らす
- 木陰や水辺などの涼しい場所で過ごす など

感染対策をしながら、熱中症リスクを減らしましょう！

屋外で人と2メートル以上の距離が確保できる場合や、会話をほとんど行わない場合はマスクを外しましょう。また、マスク着用時は、喉が渇いていなくても小まめな水分補給を心がけましょう。



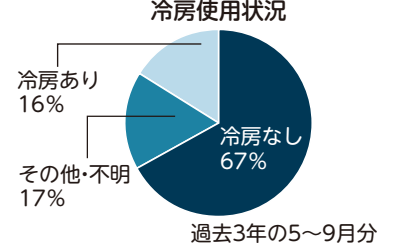
発生場所別熱中症搬送割合



特に注意しましょう

- 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。
- 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。住宅で熱中症になった方のうち、67パーセントの方が冷房をつけていませんでした。

住宅で発生した熱中症傷病者の冷房使用状況



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。[環境省 熱中症予防](#)
- 熱中症になりやすい高齢者、子どもなどに声かけをしましょう。
- 屋外での運動や活動は中止・延期しましょう。

☎健康推進課（健康への影響に関すること）☎245-5794 ☎245-5659 救急課（救急搬送に関すること）☎202-1657 ☎202-1659
環境保全課（暑さ対策に関すること）☎245-5504 ☎245-5553