

安心・安全
住み続けたい
心・安全
み続けたい
住み続けたい

知ら咲か



2021 JUNE No.97

(編集発行)「知らせましょ・咲かせましょ」事務局・広報(住所)宝塚市逆瀬台 URL <http://www.shirasaka8.net/>
連絡先 「知ら咲か」ホームページの“問い合わせ”をご利用下さい。

ゆずり葉緑地公園の啓発ポスター



新型コロナウイルス感染症 再度、細心の注意を払いましょう

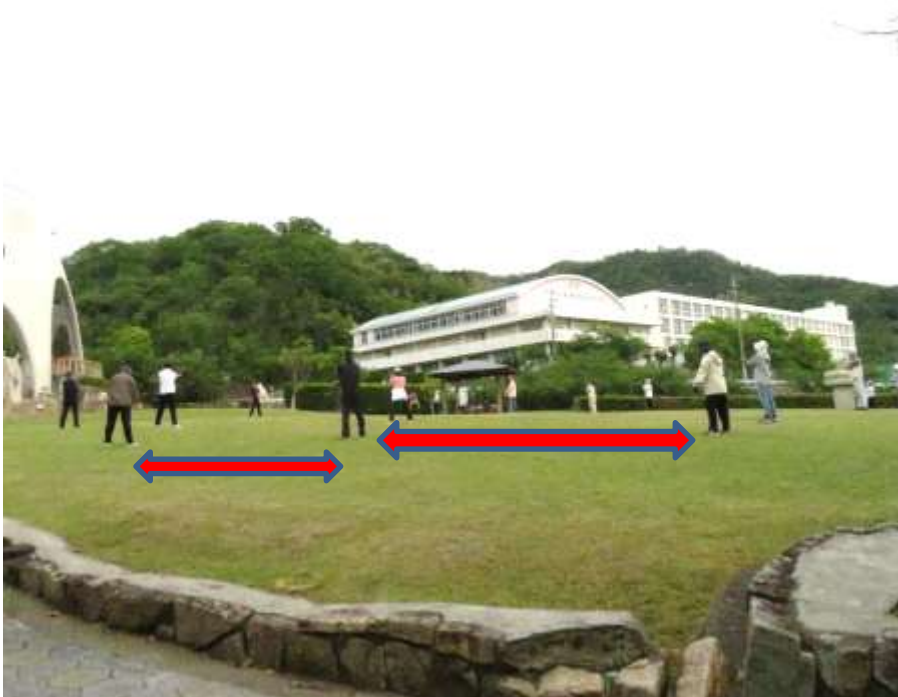
★ワクチン接種と宣言延長

新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言が延長されました。感染者増と併せて病床逼迫も考えると仕方

ないでしょう。

他方で高齢者のワクチン接種プログラムも始まりました。やはり皆さんの関心も高く、第一回目の申し込みでは

密集・密接を避けて



短時間の内に予定数に達したようです。今後、順調に進んで欲しいものです。

★基本に忠実に

ラジオ体操写真のように密集を避けることと検温、手洗い、消毒の基本を続けましょう。





近畿地方 平年より大幅に早く梅雨入り

5月16日の気象庁の発表で近畿地方と東海地方が梅雨入りをしたとみられると発表しました。最終的にはシーズンが終わってからの正式な期間の発表があります。

梅雨になると頭痛やだるさなど体調不良に悩まされる方も多いようです。これは自律神経を刺激する天候の変化が激しいことに加え疲労が溜まりやすい時期との重なりもあります。

地方	令和 3 年	平年差	昨年差	平年	昨年
九州南部	5月11日ごろ	19日早い	19日早い	5月30日ごろ	5月30日ごろ
九州北部	5月15日ごろ	20日早い	27日早い	6月4日ごろ	6月11日ごろ
四国	5月15日ごろ	21日早い	26日早い	6月5日ごろ	6月10日ごろ
中国	5月15日ごろ	22日早い	26日早い	6月6日ごろ	6月10日ごろ
近畿	5月16日ごろ	21日早い	25日早い	6月6日ごろ	6月10日ごろ
東海	5月16日ごろ	21日早い	25日早い	6月6日ごろ	6月10日ごろ

対策としては規則正しい生活をして、ストレスを溜めないことでしょうか。新型コロナウイルスに感染しないよう気を配る生活でストレスを感じている方は、生活の中でリラクゼーションの時間を作り出すことも必要になってきます。生活リズムを工夫しましょう。

熱中症アラート発出時は注意!

新型コロナウイルス感染症への対策が続く中、もう一つ注意を払うこととして「熱中症」があります。自宅での生活が多い中で、意外に見逃がすことが「暑さ」を感じなくなっていることです。毎年、これからの時期に搬送される方が多くなっています。室内だからと安心して下さい。

熱中症警戒アラート発表時の予防行動

普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

- のどが渇く前にこまめに水分補給しましょう。(1日あたり1.5Lが目安)
- 涼しい服装にしましょう。
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は適宜マスクをしましょう。

外での運動は、原則、中止/延期をしましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)に応じて屋外やエアコンが設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をしましょう。

暑さ指数(WBGT)を確認しましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)を行動の目安にしましょう。
- 暑さ指数は時間や場所によって大きく異なるため、身の回りの暑さ指数を携帯型熱中症予防情報サイトや各現場で測定して確認しましょう。
- 環境省熱中症予防情報サイト | <https://www.wbgt.info/gov/>

熱中症とは

熱中症とは、暑い環境で体温の調節ができなくなった状態で、めまいや吐き、頭痛、失神等様々な症状をきたし、重症の場合は死に至る危険です。誰でもなる可能性があります。運動中だけでなく、室内でも起こります。自覚がしないうちに予防しましょう。

暑さ指数(WBGT)とは

暑さ指数(WBGT)とは、気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標で、「危険」「注意」「警戒」「注意」「注意」「注意」の6段階があります。指標ごとに熱中症を予防するための具体的な運動の目安が示されていますので、気象情報の参考にしましょう。

「熱中症警戒アラート」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。

熱中症警戒アラート発表時の予防行動

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になると予想される日の朝夕方または当該早朝に都道府県ごとで発表されます。発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。

外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう

- 熱中症を予防するためには、暑熱を避けることが最も重要です。
- 暑熱を避けるには、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。
- 不要不急の外出はできるだけ避けましょう。

熱中症のリスクが高い方に声かけをしましょう

- 高齢者、子ども、持病のある方、肥満の方、障害者等は熱中症になりやすい方です。これらの熱中症のリスクが高い方には、身近な方から、危険を脅むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、声をかけましょう。

公共下水道維持補修工事中
予定期間・・・4月19日～9月30日



現在、アヴェルデ南側県道沿いの歩道を掘り起こした工事が行われています。

りから始め、その部分の埋め直しが行われました。現在は歩道の下下水道の付け替えが行われています。工事は歩道部分全面を開けての工事となり、又、

重機を使つての作業で車道の車も工事区間は上り下り片側通行で、上り下りのどちらか片方は少し待機します。

アヴェルデ前バス停あたりの工事中は少し移動した所に仮バス停が設けられます。臨時の場所ですので乗降の時は少し注意が必要です

私たちの白瀬川両岸地域にお住まいの方々ではゆずり葉緑地公園やエデンの園あたりへの散歩を日課にしている方も多くいます。又、所用で通行される方も多いようです。このような公共工事は欠かすことのできない工事ですので少しの不便も受け入れて協力しましょう。

工事完了後の新たな歩道の姿はどうなるのか、楽しみでもあります。



「知ら咲か」地域の自然

写真、記事ご協力下さい

白瀬川両岸地域の宝物は住居に隣接した豊かな自然が一番でしょう。「知ら咲か」では創刊号以来「それを意識してできるだけ掲載してきました。読者の方で野鳥や昆虫、

花、草木の写真を撮っておられる方がたくさんおられると思います。もしよければ無償ではありますが写真や記事の投稿をお願い致します。知ら咲か編集部



白瀬の自然

「ネムノキ」

ネムノキ(合歓木)はマメ科ネムノキ亜科に分類される植物です。別名ネム、ネブとも呼ばれているようです。

和名の「ネムノキ」は夜になると葉が合わさって閉じて眠るように見えることに由来するようです。

英名では Mimosa や Persian silk tree や Pink siris が記されています。

落葉の小高木または高木で河原や雑木林に生え高さは 6~10 m になる。葉は大型の 2 回偶数羽状複葉で、多くの小葉をつけ、夜は小葉を閉じます。

花は 6 月~7 月にかけて咲きます。枝先に 10~20 個の花が集まった頭状花序を総状につけ、淡い紅白色の花を夕方、開花させる。花弁は長さ 7~9mm で下部が合着し、短毛がある。

花の後にはマメ科の植物のとおりにサヤエンドウのような平べったい豆がつかます。

今の時期の花やその後の豆をご覧ください。



「知ら咲か」会費受付中です

一口 **3,000 円**

会費は「知ら咲か」発行費用に使わせて頂きます。

多くの方のご協力、ご支援をお願い申し上げます。

「知ら咲か」事務局一同

【編集後記】

今号は予断を許さない新型コロナウイルス感染症の状況もあり合本作業をなくすため 4 ページでの発行としました。投稿を頂いた方には保留とさせて頂いた原稿もあります。ご容赦下さいますようお願い致します。

今年の梅雨入りは平年より 20 日以上早くまりました。梅雨前線が張り出している中で大きな災害が起らないことを祈るのみです。

新型コロナウイルス感染症、梅雨、熱中症等、6 月は悪条件が重なります。十分注意しながら暮らしたいものです。晴れ間には少しでも自然に触れましょう。

(S)