

中泊町役場 ☎57-2111

小泊支所 ☎64-2111

町からのお知らせ

問 問合せ先 内 内線番号
☎ 電話番号 HP ホームページ

8月中の可燃ごみ回収について

問 役場環境整備課衛生係 内 234

毎年8月はお盆や帰省などで、可燃(燃やせる)ごみが増えるため、8月11日～22日まで、可燃ごみの回収を週に2回行います。

回収日程は下記のとおりとなっております。また、ごみの減量についてもご協力をお願い致します。

ごみの種類	収集曜日	収集地区名
可燃	月曜日 (①→②) と 水曜日 (②→①)	① 派立上・中・下、五林、 宮川、中里バイパス、 宮野沢、さわやか団地
		② 富野、豊島、芦野、田茂木、 長泥、豊岡上・下、福浦、 竹田
ごみ	火曜日 (③→④) と 木曜日 (④→③)	③ 向町上・下、深郷田上・下、 八幡、八幡団地、大沢内、 二夕見
		④ 尾別、上・下高根、 薄市上・下、今泉上・下、 若宮

★ 生ごみは必ずネットなどで水切りを十分にしてから、水漏れのないように処理して下さい。

また、収集箇所が多くなるため、ごみ収集車の到着時間がいつもより遅れることがあります。ご了承をお願いします。

※ ごみ出しについてのおお願い

- 決められた収集日の朝8時までに出しましょう。
- 決められた収集日以外の日や、収集場所以外には出さないでください。
- ごみを入れる指定袋には、必ず町内名と名前を書いて出してください。
- 燃えるごみ、燃えないごみ、資源ごみは混ぜないで、きちんと分別して出しましょう。
- 資源ごみは、中を水洗いし、乾燥させて分別して出しましょう。

児童扶養手当・特別児童扶養手当
を受給されている皆さんへ

問 役場福祉課福祉係 内 127

現在、児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給しているすべての人は、現況届を提出しなければなりません。この届の提出がないと、8月分以降の手当が差し止められますので、必ず提出して下さるようお願いいたします。

なお、現況届の用紙は役場福祉課・小泊支所にありますので、手当をもらっている本人が来庁し、その場で届に記入していただくこととなりますので、よろしくお願ひします。

〈児童扶養手当〉

■ 提出期間……8月1日(金)～8月29日(金)

■ 持参する物

- ① 児童扶養手当証書
- ② 印鑑(児童扶養手当に使用しているもの)
- ③ 世帯全員の住民票…同封の住民票申請書を持参して来庁時に申請してください。(世帯分離していても親族と同居している場合は、親族の住民票も必要です)
- ④ 前住地から平成26年度児童扶養手当用所得証明書(平成26年1月2日以降中泊町に転入した人のみ)
- ⑤ 養育費等に関する申告書
- ⑥ 一部支給停止適用除外事由届出書(受給より5年経過した人のみ)

〈特別児童扶養手当〉

■ 提出期間……8月11日(月)～9月10日(水)

■ 持参する物

- ① 特別児童扶養手当証書
- ② 印鑑(特別児童扶養手当に使用している印鑑)
- ③ 手帳(身体障害者手帳・療育手帳を所持している場合)
- ④ 前住地から平成26年度特別児童扶養手当用所得証明書(平成26年1月2日以降中泊町に転入した人のみ)

広告

2014 Actplan Event information

人気イベントどっと混む!!
のうりょうさい
農漁祭
なかつまり

♪ 飲んで歌って笑って気の合う仲間と乾杯!!

8月22日(金) 18:00～20:30

日本海漁火センター「イベントホール」
おひとり様 3,000円 限定200名様

前売りチケット好評発売中!!

お問い合わせ先 ACI 株式会社 アクトプラン 〒037-0309 中泊町大字八幡字日向334
TEL:0173(57)5720/FAX:(57)5721

資源ゴミ(カン類・ビン類・ペットボトル類)を出す際は、ルールを守りましょう!

問 役場環境整備課衛生係 内 234

最近、ルールを守らないで、ゴミ出しをする人が増えています。例えば、

- ①収集日の前日や収集後に出されている。
- ②カン類の中にビン等が混入されている。
- ③カン類・ビン類・ペットボトル類それぞれに分別はされているが、ふたを取り除いていない。

必ず、次のルールを守ってください。

- ・ゴミは、決められた収集日に朝8時まで出しましょう。(収集日の前日や収集後に出さない)
 - ・ゴミ出しの袋には、必ず町内名、名前を書くこと。
 - ・カン・ビン・ペットボトルは、すすいで必ずそれぞれに分別して出して下さい。(分別しないで1つの袋に混ぜたゴミは、収集しません)
 - ・必ず、ふたは取り除いて下さい。(プラスチック製のふたは、「その他のプラスチック類」、金属製のふたは、「燃やせないゴミ」として出して下さい)
 - ・タバコ等の異物は絶対混入しない。
 - ・スプレー缶は「燃やせないゴミ」です。使い切ってから穴をあけ、「燃やせないゴミ」へ出して下さい。
- ※ 詳しくは、家庭用ごみ分けガイドをご覧ください。

町営中里墓地及び砂山霊園の使用者募集

問 役場環境整備課衛生係 内 237
問 小泊支所管理係 内 64-2111

町では、町営中里墓地及び砂山霊園の使用者を募集しています。希望者は環境整備課または小泊支所へ申し込みください。

- 申込期間…8月8日(金)～8月21日(休)まで
- 応募資格…中泊町に住所またはその本籍を有する者
- 募集区画場所及び使用料

〈中里墓地〉

- 第3区・イ種・20号 2m×3m(6㎡) 11,400円
- 第3区・イ種・33号 2m×3m(6㎡) 11,400円
- 第3区・イ種・57号 2m×2m(4㎡) 7,600円
- 第3区・イ種・79号 2m×2m(4㎡) 7,600円

〈砂山霊園〉

- 第2区 30号 2m×2m(4㎡) 100,000円

- 申込方法…認印を持参し、墓地使用許可申請書に必要事項を記入してご提出ください。

※申し込み箇所については、一世帯1区画となります。

※希望者が多数の場合は抽選となります。

町営中里墓地及び砂山霊園の 使用権者名義変更を忘れていませんか

墓地の名義が故人の名義になっていませんか? もし、故人名義になっていれば名義変更手続きが必要です。

中里墓地の名義変更は環境整備課衛生係まで、砂山霊園の名義変更は小泊支所管理係まで

広告

中泊町沿岸訓練実施隊

油除去訓練を実施します!

- 第1回目 日時 平成26年9月12日(金) 13:30～
場所 小泊漁港内
- 第2回目 日時 平成26年9月26日(月) 13:30～
場所 下前漁港内
- お問合せ 実施隊事務局 64-2641

**臨時福祉給付金 子育て世帯
臨時特例給付金のお知らせ**

問 役場福祉課臨時福祉給付金窓口 内1-2-2
問 子育て世帯臨時特例給付金窓口 内1-2-7

臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金について現在、受付した人には、支払っている状況です。

申請期限が9月24日となっていますので、まだ申請していない人は、申請してください。よろしくお願いいたします。

※臨時福祉給付金申請書(請求書)の添付資料

■本人確認書類：住民基本台帳カード、運転免許証、旅券等の写し、無ければ保険証の写し(対象者全員分)
■指定した口座が確認できる書類…金融機関名、口座番号、口座名義人(カナ)がわかる通帳やキャッシュカードの写し(ゆうちょ銀行の場合は1ページ開いた所の写し)

町戦没者追悼式を行います

問 役場福祉課福祉推進係 内1-2-2

先の大戦において亡くなられた人々を追悼し平和を祈念するため、「平成26年度中泊町戦没者追悼式」を次のとおり行います。

■日時：9月4日(木) 午前11時

■場所：慰霊碑前(中央公民館横) ※雨天時は、中里中央公民館大ホール

戦没者の遺族で参列を希望される人は問合せ先へ8月15日(金)までにお申込みください。なお、中泊町遺族会会員のみなさんは、遺族会事務局に把握していただきますので申込みは不要です。

個人事業税の納付について

問 西北地域県民局県税課税務課 (34)211-1 内208

個人事業税は、一定の事業を行う個人に、原則として前年中の事業の所得をもとに課税される県の税金です。

県税部から送付される納税通知書により、8月と11月の二期に分けて納めていただきます。今年度の第一期の納期限は9月1日(月)です。納期限までに、お近くのコンビニエンスストアや金融機関で納付してください。

なお、納期限を経過した納税通知書は、コンビニで取り扱いきれない場合がありますので、当部までご連絡ください。

い。また、金額が30万円を超える場合は、そのままではコンビニで取り扱いきません。

コンビニでの納付を希望される人には、金額を分割した納付書を発行しますので、当部へお申し出ください。

**排水設備工事責任技
術者試験について**

問 役場上下水道課下水道係 (57)2350

■試験日時 10月22日(水) 14時～
受付：13時30分～13時55分
■試験会場：青森市、弘前市、五所川原市、八戸市
■受験料：8,000円(別途振込手数料)
■受験申込受付：8月15日(金)～9月1日(月) 平日のみ
上下水道課下水道係で申込書を配布、受付します。

■その他：受験資格に一定の要件がありますのでお問合せください。
■合格発表：11月13日(木)

アテナント立佞武多線路上運行

問 法人青森環境アテナント推進協議会 (26)7520

NPO法人津軽半島観光アテナント推進協議会では一

昨年、昨年に引き続き、「アテナント立佞武多」の津軽

鉄道線路上運行を開催します。今年度の立佞武多も津軽が生んだ作家太宰治。彼の作品『パンドラの匣』がモチーフになっています。暗闇の中、閃々と光る太宰治立佞武多をライトなど持参し、皆様お誘いあわせの上、歓迎してください。

■運行日：8月9日(土)
津軽五所川原発21時～金木発21時55分～青野公園発22時05分～津軽中里着22時25分
※運行状況によって、時間の変動もありますので、あらかじめご了承ください。

ナイターテニス教室

問 奈良090(1525)1662
問 田中090(2270)9284

硬式テニスに興味があり、やったことのない人からレベルアップしたい人まで、多数の参加をお待ちしております。

■日時：8月25日(月)～8月28日(木)まで 19時～21時
■場所：町運動公園テニスコート

■対象者：誰でも(小さい子は保護者同伴)町外の人も可
■参加料：無料

※参加希望者は、各自ラケットをご持参の上、当日テニ

スコートにお集まり下さい。ラケットのない人にはお貸しします。(タオル、飲み物をご持参ください。)

「うちエ」いいね!節電チャレンジ2014夏参加者募集

問 法人青森環境アテナント推進協議会 017(721)2480 (平日9時～17時まで受付)

今年の夏は、おうちで1ヶ月間節電して地球にいいことしませんか?

■応募条件：7月・8月・9月の間、電気使用量が前年同月より削減されていること

■応募方法：「電気使用量のお知らせ(検針票)」の原本又は写しを、募集チラシを使った封筒に入れて送付してください。応募は、1ヶ月分を1口として、最大3ヶ月分御応募できます。

■プレゼント：抽選で100名様にカーボンオフセット付クオカード1,000円分をプレゼント

■応募締切：10月31日(金)まで(当日消印有効)
※詳しい応募方法は県庁HPで「節電チャレンジ」検索

平成26年度自衛官募集

問 自衛隊青森地方協力本部
五所川原地域事務所
☎(35)23005

《募集要項/応募資格》

■航空学生(海上、航空)

○平成27年4月1日現在、高卒者(見込みを含む)18歳以上21歳未満の人(平成6年4月2日〜平成9年4月1日まで生まれた人)

1次試験：9月23日(火)

■一般曹候補生(陸上・海上・航空)

○平成27年4月1日現在、18歳以上27歳未満の人(昭和63年4月2日〜平成9年4月1日まで生まれた人)

1次試験：9月20日(土)

町幼保連携型認定こども園の開設法人の選考結果について

問 役場福祉課福祉係 内 126

- 中里保育所からの移管運営
社会福祉法人 みちのく会
- 小泊保育所からの移管運営
社会福祉法人 清隆厚生会

この2法人については、必要な手続きを経て、平成27年4月から幼保連携型認定こども園を開設する予定です。

■自衛官候補生(陸上・海上・航空)

○採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満の人

試験期日：男子9月26日(金)、27日(土)／女子9月29日(月)

■受付期間：8月1日(金)〜9月9日(火)まで(締切日必着)

※詳しくは問合せ先へ

木のある暮らしに最大60万円分プレゼント

問 木材利用ポイント事務局
☎0570(666)799
HP <http://mokuzai-points.jp>

木造住宅や木製品などの購入で、農林水産物や商品券などと交換できる「木材利用ポイント」がもらえます。林野庁では、木造住宅建築、内外

つがる西北五広域連合長に五所川原市長、平山誠敏氏が再選

7月16日(水)、つがる西北五広域連合構成6市町長による連合長の選挙が行われ、五所川原市長の平山誠敏氏がつがる西北五広域連合長に再選されました。当広域連合は、五所川原市、つがる市、鱈ヶ沢町、深浦町、鶴田町、中泊町の2市4町で構成され、広域行政に係る事務、介護認定審査会・障害判定審査会・障害者地域自立支援協議会の設置及び運営に関する事務、西北五地域保健医療圏自治体病院機能再編成計画に係る中核病院及びサテライト医療機関の設置及び管理運営に関する事務を主に行っています。

平山連合長は「地域住民の医療ニーズに対応した、質の高い医療サービスの安定的な提供のために努力し、圏域全体の福祉向上のために邁進して参りたい」と抱負を述べられました。

また、当広域連合では、新たな地域医療体制の構築を目指すため、自治体病院機能再編成計画を策定し、つがる総合病院・かなぎ病院・鱈ヶ沢病院・つがる市民診療所・鶴田診療所の西北五圏域自治体5病院・診療所の一体運営をおこなっています。

装の木質化でそれぞれ最大30万円分、さらに木製家具や薪ストーブなどの購入で最大10万円分のポイントがもらえる事業を実施しています。9月30日購入分までです。詳しくは、問合せ先へ。

わらべうたマッサージ体験会

問 中里地域子育て支援センター
☎FAX (37)4157

わらべうたマッサージは、目と目を会わせ、幸せタッチケアで親子の絆を深めます。

マッサージすることで赤ちゃんの腸内環境が整い、免疫力がアップ、カゼのひきにくい子に成長します。

■日時：8月29日(金)

午前10時〜11時

■講師：中村玲奈氏

■受講料：1組300円

■持参：バスタオル2枚

■申込締切：8月22日(金)

第2回五所川原高校授業公開

☎(35)3073

■公開内容：1・2年生の授業(国・数・英)

■開催日時：9月13日(土)8時30分〜12時15分

■受付：8時30分〜公開終了まで

・公開①：8時40分〜公開②：9時55分〜公開③：11時10分〜

■対象者：中学生及び保護者、地域住民、在校生の保護者

■その他：申込不要、上履きをご準備してください。授業参観後にアンケートがあります。お車でのご来校はご遠慮ください。

「技専公開」のお知らせ

問 弘前高等技術専門学校
☎0172(32)6805
FAX 0172(35)5104

■期日：9月6日(土) 午前10時〜、午後1時30分〜

■場所：弘前高等技術専門学校

■内容・定員

①マイカー点検：午前午後各10人
②木製メモスタンド製作：午前午後各15人
③ハンギングボード製作：午前午後各10人
④子ども用イス製作：午前午後各10人
⑤木製ベンチ製作：午前午後各15人

※参加無料(電話又はFAXでの事前申込が必要です)

※受付は、8月27日午前9時〜定員になり次第締切

※材料、工具は当校で準備します。作業可能な服装・靴で来てください。

■施設公開：午前9時〜午後3時30分

平成26年度(第10回) なかどまりまつり 地区別日程

地区	月日	時 間	行 事	場 所		
中里地区	8/10(日)	14:30 ~ 15:30	なにもささ流し踊り(小・中・高等学校・一般)	公民館~パルナス		
		15:30 ~ 16:30	オープニングセレモニー(中里小宮川獅子舞)			
		16:30 ~ 18:00	第4回職場対抗カラオケ大会(1チーム3人)	パルナス(駐車場)特設会場		
		18:00 ~ 19:00	「木原たけし」歌謡ショー			
		18:30 ~ 20:00	ネプタ運行(6台 宝森ねぶた愛好会・中里幼稚園とゆかいな仲間たち・芦野ねぶた保存会・中里高校応援会・津軽鉄道株・中泊町役場)	公民館~パルナス		
	8/11(月)	11:00 ~ 12:00	幼稚園・保育所のダンス (中里幼稚園、中里・薄市・富野保育所)	パルナス(駐車場)特設会場		
		13:30 ~ 15:00	中里中学校吹奏楽部演奏			
		13:30 ~ 15:30	無料健康チェック (津軽保健生活協同組合 健生五所川原診療所)	パルナス(ロビー)		
		13:30 ~ 16:00	建設業体験コーナー(重機乗降・測量・運搬体験など) (中泊町建設業協会)	パルナス野外特設会場		
		15:00 ~ 16:00	大ビンゴ大会			
		16:00 ~ 17:00	三味線演奏(中里三味線会)			
		17:00 ~ 17:30	アルプスおとめ 司会・横山ひでき	パルナス(駐車場)特設会場		
		18:30 ~ 20:30	第14回よさこい中里(5チーム 中里小・権現漁火会・夢幻天舞・青森公立大学影飛威・HIRODAI 焰舞陣)			
		19:00 ~ 20:30	ネプタ運行(6台 中泊町役場・津軽鉄道株・中里高校応援会・(有)ルーツ・芦野ねぶた保存会・中里幼稚園とゆかいな仲間たち)	公民館~パルナス		
		20:30 ~ 21:00	フィナーレ花火	パルナス(駐車場)特設会場		
		小泊・下前地区	8/14(木)	7:00 ~ 8:00	大漁祈願祭(神事) ※7時30分 神事開始	神明宮社務所
				9:00 ~ 10:00	海上運行(海上安全パレード)	小泊漁港おまつり広場出港 ※荒天中止
				10:00 ~ 12:00	オープニングパレード (大漁船運行・ねぶた運行・ねぶた運行・太刀振り・流し踊り)	小泊漁港おまつり広場~派立十文字~マリンパーク ※雨天「すくすくこどもり館」 大漁船・ねぶた・ねぶた運行は中止
				12:00 ~ 13:00	開会式 [よさこい舞踊(第1部)・小泊保育所児童舞踊・よさこい舞踊(第2部)・お楽しみ抽選会(11時30分より先着500名抽選券配布)小学生以上対象]	マリンパーク ※雨天「すくすくこどもり館」
12:00 ~ 20:00	商工会青年部ビアガーデン					
13:00 ~ 16:00	①舟こぎ競争 ②海上相撲大会			マリンパーク ※荒天中止		
16:00 ~ 16:30	マーメイドシスターズによるダンス					
16:30 ~ 17:30	花柳舞踊			マリンパーク		
17:30 ~ 18:30	横山ひでき歌謡トークショー			※雨天「すくすくこどもり館」		
18:30 ~ 20:00	カラオケ大会					
20:00 ~	フィナーレ花火打上			マリンパーク ※荒天中止		
8/15(金)	10:00 ~ 12:00			海上運行(海上安全パレード)	下前漁港出港 ※荒天中止	
18:30 ~ 21:00	小泊保育所児童舞踊・よさこい舞踊 ・カラオケ大会・お楽しみ抽選会		すくすくしたまえ館			

静和園だより

慰問

・五所川原甚句保存会 7月20日(日)五所川原市から五所川原甚句保存会の皆さんが来園され、五所川原甚句など全13演目を熱演しました。

生の三味線演奏、そして迫力ある演舞に入所者のみなさんも喜んでおりました。



9月1日は

町 県 民 税 2 期

国民健康保険税 2 期

の納期限です。
忘れずに納めましょう。

※口座振替をされている人の
引き落とし日は8月25日(月)
です。残高をご確認ください。

内 間
1 役場
4 税務課
4 課
1 係
4 係
6

7月号のお詫びと訂正

7月号裏表紙「連携して釣り人を救助」～青森海上保安部長から感謝状～の下から3行目に「角田昭英」さんと掲載しましたが、正しくは「角田司昭」さんの誤りでした。ご本人、関係者、読者のみなさまにご迷惑をおかけしたことをお詫びするとともに、訂正させていただきます。〈広報係〉

図書館情報

今月のMiniコレクション

○テーマ「夏・・・!」

ジャンルを問わず、夏に関する本を集めました。

図書館で過ごすひとときに、少しでも涼しさを感じていただければ。

新刊情報

『なぜあなたの話はずまらないのか?』

美濃部達宏 あさ出版

『世界が憧れる天皇のいる日本』 黄 文雄 徳間書店

『セブン』 乾くるみ 角川春樹事務所

『平凡』 角田 光代 新潮社

『461個の弁当は、親父と息子の男の約束。』

渡辺俊美 マガジンハウス

本の寄贈

*古川 充さん(広島県)…『中山間地域の資源活用と農村の展望』(農林統計協会) 1冊
ありがとうございました。大切に使用させていただきます。

高齢者ボランティアに参加しませんか

内 間 役場町民課国民健康保険係 内 132

今回は9月の予定をお知らせします。

■派立上

9/19(金) 10:00~12:00

駅ナカにぎわい空間

■向町

9/18(木) 13:30~15:30 中里福祉センター

■宮野沢

9/8(月) 13:00~15:30 宮野沢研修所

■武田

9/11(木) 13:00~15:30 武田公民館

■下前

9/17(水) 13:00~15:30

すくすくしたまえ館

「ピュア」営業時間のお知らせ

内 間 ピュア ☎57-5054

ピュアのご利用ありがとうございます。当店の営業時間は、**9時~18時**(4月~11月)となっております。

心配ごと相談 町社会福祉協議会

中里地域

8月27日 成田 寛、佐々木守善

9月10日 馬場百合子、宮越優子

相談場所 役場相談室

相談時間 午前9時~午後2時

小泊地域

8月20日 竹谷利男

長内エツ子

相談場所 すくすくしたまえ館

相談時間 午前9時~午後2時

なんでも行政相談

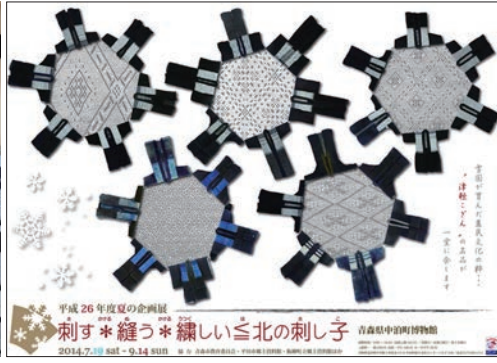
日 時…8月19日(火) 午前9時~12時

場 所…中央公民館

行政相談委員…秋元武弘、藪田由比子

※行政相談は、住民から寄せられた苦情や意見・要望を、住民と関係行政機関との間に立って、公正・中立な立場から必要なあっせんを行い、その解決や実現の促進を図ります。

◆夏の企画展「刺す＊縫う＊繡
しい≧北の刺し子」開催中！



雪国が育んだ北の農民文化の粹「津軽こぎん」を中心に約百点の刺し子を展示しています。

■日時：9月14日(日)まで、午前9時～午後4時45分／■休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／■入館料：通常料金(一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円)



◆「今泉分館」特別一般公開！
約5千点の資料を収蔵する博物館今泉分館(旧今泉小学校)*



普段は非公開)について、一日限りの一般公開を実施します「農具」「家具」など分野別に収蔵展示を行っているほか、国登録有形民俗文化財「津軽の林業用具」の大半を収蔵しています。見学は無料ですので、この機会にぜひご覧ください。
■日時：8月16日(土)午前10時～午後3時／■場所：今泉字布引一・五(学校給食センター向い)



◆博物館たんけん隊開催中！
作る・遊ぶ・学ぶ体験、夏休み中も随時開催！開催日時等については、博物館前の掲示板やホームページでご確認ください。



119 消防&救急
熱中症に注意！

今年も暑い夏がやってきました。みなさん仕事やスポーツやレジャーなど、また湿度が高くジメジメしているなど汗をかく日が続いていると思います。この時、注意しなければならぬのが熱中症です。熱中症にならないために、あらかじめ予防に心掛けましょう。

☆熱中症とは？

熱中症とは、発汗や循環機能に異常をきたし、体温の調節がうまくできなくなる事で起こる、様々な体の不調を総称したものです。
主な症状として、めまい・けいれん・吐き気・意識障害・頭痛などがあります。

☆熱中症を予防しよう

熱中症は、ちょっとした事に注意するだけで、十分予防する事ができます。

①体調を整える

睡眠不足や風邪気味など、体調が優れない時は、日中の外出や運動を控えましょう。

②服装に注意

なるべく通気性の良い服装をし、長時間屋外に出る場合は、帽子をかぶりましょう。

③こまめに水分補給

『のどが渴いた』と感じた時には、すでに脱水症状が進行していること給を心掛けましょう。特に夏場は、汗と共に塩分も失われる為、水よりは、スポーツドリンクなどの方が効果的です。

④年齢も考慮しよう

特に子供や高齢者は、熱中症になりやすい為、涼しい場所体を休めるようにしましょう。

暑い時は、無理をせず熱中症に気を付けて、夏を快適に過ごしましょう。

