Toyo community center information

東陽コミセンだより8月号



発行日：令和８年８月１日
お問合せ：八代市市民活動政策課
東陽コミュニティセンター
（TEL 65－２２１０）

毎月11日は「人権を確かめ合う日」です。
家庭や地域、職場や学校で、身近な人権や差別について、みなさんで話し合いましょう！

保小中行事予定

日	曜	保育園(河俣・太陽)	東陽小学校	東陽中学校	日	曜	保育園(河俣・太陽)	東陽小学校	東陽中学校
1	土	[河俣]安全点検 職員研修	夏季休業日(～27日)	夏季休業日(～27日)	17	月			職員会議 校内研修
2	日		家庭の日	家庭の日	18	火			２年家庭訪問
3	月				19	水	[河俣]食育の日	食育の日 前田SC来校	
4	火	[河俣]プール遊びを楽しもう！(～７日)	消防設備点検		20	木	[河俣]身体計測	ST来校	
5	水				21	金	[河俣]プール納め	校内研修 職員会議	
6	木				22	土		愛校作業 資源回収	愛校作業 資源回収
7	金	[太陽]誕生日会			23	日			
8	土				24	月	[河俣]こどもクッキング [太陽]火災訓練		
9	日				25	火			石匠太鼓練習(9時～11時)
10	月	[河俣]非常訓練(台風)	学校閉庁日(～14日)	学校閉庁日(～１４日)	26	水	[河俣]非常訓練(火災)		石匠太鼓練習(9時～11時)
11	火	山の日			27	木	[河俣]誕生会(８月生まれ)		
12	水	[河俣]交通安全指導			28	金	[河俣]クラスだより配信	始業式 大掃除	始業式 大掃除
13	木	[河俣]親子ふれあい ウィーク(～14日)			29	土			
14	金				30	日			
15	土	[河俣]安全点検			31	月		心と体のバランスを守る 週間(４時間授業・給食あり)	
16	日				※これはあくまで予定ですので、変更される場合があります。				

地域学校協働活動をご存知ですか？

地域学校協働活動は、学校と地域が連携・協働し、子どもたちの学びや成長を支える取組です。
市内の各小・中・特別支援学校で、授業補助、登下校の見守り、体験活動補助、読み聞かせ、校内活動支援など、各学校の実情に応じた活動に地域の方々がサポートに携っていただいています。
活動の様子は、市ホームページやInstagramで詳しく紹介しています！ぜひご覧ください！


授業サポート


読み聞かせ


見守り活動


職業講話

★活動の様子はこちらから★

市ホームページ	Instagram
取組内容を掲載	活動の様子を発信中



この記事のお問い合わせは：
八代市教育委員会　生涯学習課（TEL：0965-30-1110）

★ お 知 ら せ ★

東陽まちづくり協議会

東陽まちづくり協議会では地域のイベントなど様々な情報を発信していきたいと思いますので、
みなさんフォロー お願いします♪ Instagram→

⇦コミセンだよりがカラーでご覧になれます！お試しください！

リチウムイオン電池が使われています



※リチウムイオン電池が使用されている製品例
（この他にも、充電できるものや電源につながなくても動く・光るなどするものには、リチウムイオン電池が使われている可能性があります。）

こんな事故が起こっています

店舗の駐車場で、炎天下の乗用車のダッシュボード上にモバイルバッテリーを置いていたところ、火災が発生した。



電車内で、リュックサックに入れていたモバイルバッテリーから火災が発生し、２名が軽傷を負った。モバイルバッテリーはリュックサックに入れたまま、日中、炎天下に置かれていた。



携帯用扇風機を使用中、床に落とした。数分後煙が出て焦げ臭くなり、破裂音がした。

昨夜、雨に濡れたモバイルバッテリーをビニール袋に入れ、机上に放置した。今朝見るとバッテリーが黒ずみ、ビニールが溶け、机の表面が焦げていた。

※上記事故事例は、消費者庁が独立行政法人国民生活センターと連携して運用している事故情報データバンクに寄せられた情報です。
なお、事故情報データバンクに寄せられた情報には、事実関係及び因果関係が確認されていないものも含みます。

気をつけよう！

- ○ **高温環境**下での**放置**は厳禁
- ○ 強い**衝撃**や**圧力**、**水濡れ**に注意
- ○ **充電時**の**安全確保**
- ○ **異常**を感じたら**使用中止**
- ○ 廃棄時は**正しい廃棄方法**を**確認**

リチウムイオン電池に関する注意事項などの詳細情報はこちら
→リチウムイオン電池総合対策ポータルサイト
https://www.fdma.go.jp/relocation/lithium-ion/

令和８年７月２日

令和8年度巡回健診のご案内

健　診　日　：令和8年8月18日（火曜日）
場　　所　：八代市鏡支所
受 付 時 間　：午前10時30分～11時20分
健診内容・料金：●肺がん・結核検診（40歳以上の方）　500円
　　●大腸がん検診（40歳以上の方）　500円



巡回健診をご希望の方は、事前にお申込みが必要です。
保健センターに電話でお申込ください。

健(検)診は、健康づくり応援ポイントの対象です！

申込・問合せ先：八代市保健センター　32-7200
　　鏡保健センター　52-5277

見守り新鮮情報　電子レンジは正しく使いましょう



©Kurosaki Gen

事例1　**冷凍食品**のピラフを電子レンジで**温め**ていたら袋の端が**燃え出した**。すぐに消したので大事には至らなかったが情報提供する。　（60歳代）

事例2　配偶者亡き後、自炊するようになった。電子レンジで**ゆで卵**を加熱すると**破裂**した。ゆで卵を電子レンジで**加熱してはいけない**ことを初めて知った。　（80歳代）

ひとこと助言



●冷凍食品のパッケージに記載された調理方法を守らず、加熱中に発煙・発火したと考えられる相談事例が複数寄せられています。冷凍食品にも様々な種類があり、電子レンジ使用の可否、パッケージのまま加熱が可能かどうかなどをまず確認し、パッケージに記載された加熱出力及び加熱時間を必ず守るようにしましょう。

●電子レンジで加熱してはいけない食材として卵が挙げられます。卵は生卵だけでなく、ゆで卵であっても電子レンジで加熱すると破裂するおそれがあります。電子レンジを安全に使用するため、加熱が禁止されている食材や注意が必要な食材のほか、使用できる容器についても、取扱説明書で確認しましょう。

●水分が少ない食品や少量の食品の場合、思っているよりも短時間で加熱が進み、発煙・発火に至るおそれがあります。また、庫内の食品カスや汚れも発煙・発火の原因となります。庫内はこまめに掃除し清潔に保ちましょう。

●万一、庫内で発煙・発火したときは、動作を停止させて電源プラグを抜き、扉を開けずに煙や火が収まるのを待ちましょう。鎮火しない場合や、扉が開いてしまった場合は水などで消火するようにしましょう。

健康コラム　とまみの畑　Vol. 22　見逃していませんか？高血圧の初期サイン

特定健診後の保健指導で、40代～50代の方から下の血圧は高めですが上の血圧は低いので大丈夫ですよね？と質問をいただきました。

実は下の血圧が高いのはこれから起こる動脈硬化の初期サインかもしれません。上の血圧が正常でも、下の血圧が高い人は、まだ血管が柔らかい状態ですが、そのままにしておくと血管が傷つき弾力性がなくなり、動脈硬化が進行し上の血圧も上昇します。そして、**動脈硬化は**脳卒中や心筋梗塞など命にかかわる重大な病気を引き起こすリスクが高まります。

下の血圧が上がる主な要因としては、**遺伝・肥満・塩分の多い食事・睡眠不足（睡眠時無呼吸症候群の方を含む）・ストレス・喫煙**などです。下の血圧が高い人はまだ血管が柔らかいので大丈夫と考えるのではなく、「今」がチャンスと考え、生活改善に取り組みましょう。

健診結果の下の血圧が高い状態は高血圧の初期サインです！体からのサインを見逃さないようにしましょう。

正常な血圧を目指して、まずは、できることから少しずつ生活習慣を見直してみませんか。



健康な体の目安（正常血圧）は、
収縮期血圧120mmHg／拡張期血圧80mmHg以下です。
下の血圧もチェックしましょう！