

中能登ライフプランニュース

久江・芹川住宅の建替工事が始まりました！

5月上旬、旧滝尾小学校跡地における建替工事が着工しました。今後のスケジュールは大まかですが以下の通りです。令和6年度の10月頃に、久江・芹川住宅の皆さまに引越していただく予定になっています(詳細は適宜、案内していきます)。

- ◎令和5年3月頃 … 造成工事完成
- 令和5年10月頃 … 移転説明会【予定】
- ◎令和6年9月頃 … 建築工事完成

～入居者アンケートのお願い～

- ◆中能登ライフプランの今後のサービス向上を図るために、町営住宅に入居中のみなさまのご意見を伺うアンケートを実施しています。
- ◆中能登ライフプラン(旧滝尾体育館内)まで提出して下さるようお願いいたします。

熱中症にご注意ください！

今年も新型コロナウイルス対策が続く中、マスク着用や外出自粛による運動不足で、熱中症のリスクが例年以上に高まっていると言われています。

●マスクをつけると、顔に熱がこもりやすくなります。

- ✓ 体から熱を放出できるように、通気性や吸収性がよい衣服を着用しましょう。
- ✓ 室内では温度や湿度に注意して、無理せずエアコンや扇風機をつけましょう。
- ✓ 外出時は日傘や防止を着用し、日陰でこまめに休憩をとりましょう。



●マスク内は湿度があるため、のどの渴きを感じにくく、水分不足になりやすいです。

- ✓ のどの渴きを感じる前に、こまめな水分補給を心がけましょう。
- ✓ 経口補水液は少量で効率よく水分と塩分補給ができ、熱中症対策に効果的です。



●適度な運動は熱中症対策にも効果的です。

- ✓ 室内でも無理のない軽い運動をして、体を暑さに慣れさせましょう。
- ✓ 汗をかいて体温を下げるためには、日頃から適度な運動で汗をかく習慣が大切です。
- ✓ 筋肉は体内の水分保持機能があり、筋力を衰えさせないことも脱水症予防につながります。

中能登ライフプラン(株) 〒929-1721 中能登町井田ヲ部1番地1(旧滝尾小学校体育館内)

業務内容：入居募集、各種申請、退去手続き、修繕相談など

電話：0767-76-7060
FAX：0767-76-7061