



楽しみ方いろいろ!

あらかわの公園

区内には、個性的な遊具、水遊びや季節の草花を楽しめる魅力的な公園・児童遊園が数多くあります。今号では、その一部を紹介いたします。魅力あふれる公園を楽しんでみませんか。

問合せ 土木管理課管理係 ☎内線 2711

→ 4・5面で、さまざまな特色がある公園を紹介いたします

熱中症に注意しながら楽しみましょう

気温が高い日に公園を利用する場合は、熱中症に注意が必要です。適切なタイミングでの水分補給や、暑さ指数の確認等を行いましょ。なお、特に暑さが厳しい日は、できるだけ外出を控えましょ。

外遊び時の熱中症予防

- ▶ 定期的に水分を補給する
 - ▶ 通気性の良い衣類、帽子を着用する
 - ▶ 遊ぶ時間を決めてこまめに木陰で休憩する
 - ▶ 暑さ指数を確認する…「暑さ指数」とは、気温・湿度・日ざしの違いを考慮したもので、環境省熱中症予防サイト(右の二次元コード)で閲覧できます。
- 🌐 <https://www.wbgt.env.go.jp/>



子どもは体温調節機能が十分に発達していません。特に、ベビーカーに乗っている乳児や身長が低い未就学児は、地面の照り返しの影響を受けやすいため、気温の高い日や晴天時は注意が必要です。

問合せ 健康推進課保健相談担当 ☎内線 432

あらかわ街なか避暑地を利用してください

暑さをしのげる場所として、冷房が効いた区施設等を「あらかわ街なか避暑地」として開設しています。ぜひ、ご利用ください。開設場所一覧は荒川区ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



期間 9月30日(出)まで

開設場所 各ふれあい館・図書館、あらかわエコセンター、荒川総合スポーツセンター、民間協力事業所等
※右記のポスターが目印です

問合せ 環境課環境推進係
☎(3802)4693

