

消防本部からのお知らせ

熱中症に注意！

能代山本広域消防本部では、昨年29名の熱中症の方を救急車で搬送しています。これから暑くなる時期を迎えるため、次のことに注意して熱中症の予防に努めましょう。

熱中症予防のポイント

- 体調不良、暑いときの無理な運動は避けましょう。
- 高齢者の居室では、温湿度を測り、暑さを避け、こまめに水分や塩分をとりましょう。
- 日時を選んで行動し、涼しく過ごす住まい、衣服を工夫しましょう。
- 炎天下では、日傘や帽子を使い、輻射熱を吸収する黒色系の素材を避けましょう。
- エアコンを使用する場合は、感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気しつつ、温度設定をこまめに調節しましょう。
- マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。人との十分な距離を取るなど感染症対策を忘れずにマスクを適度に外しましょう。



こんな時は救急車を！

- 自分で水分補給できないときや、脱力感、倦怠感が強くて動けないとき。
- 意識がない、あるいは全身のけいれんがあるなどの症状があるとき。

問合せ 消防本部 救急課
☎52-3368

能代山本広域市町村圏組合 消防職員採用試験のお知らせ

令和3年度消防職員採用試験を次のとおり実施します。

- 【試験区分】 上級・初級
- 【採用予定人員】 上級・初級合わせて2人程度
- 【試験の期日及び場所】 令和3年10月17日(日)
能代山本広域交流センター
(能代市字海詠坂3番地2)

【必要書類等】 令和3年7月1日(木)以降に、受験案内と受験申込書を能代山本広域市町村圏組合消防本部総務課に請求してください。なお、受験案内については能代山本広域市町村圏組合のホームページでも確認できます。

【受付期間等】 令和3年8月16日(月)から9月10日(金)まで
(土、日曜日及び祭日は除く)
午前9時から午後5時まで

能代山本広域市町村圏組合消防本部 総務課
〒016-0851 能代市緑町2番22号 電話52-0403

介護員募集(会計年度任用職員)

- 【問合せ先】 広域事務局 ☎89-2316
- 【勤務場所】 特別養護老人ホーム海潮園又は長寿園
- 【募集人員等】 5~6名
- 【業務内容】 利用者(高齢者)の介護業務全般
- 【勤務時間】 通常、8:30~17:15
早番、7:00~15:45 または 7:30~16:15

- 遅番、10:00~18:45 夜勤、17:00~9:45
- ※その他、日勤のみやパート希望も相談に応じます。
- 【賃金等】 月給、期末手当年2回、夜間勤務手当、通勤手当
※昇給あり ※月給には経験年数が加味されます。
- 【加入保険等】 雇用保険、労災保険、健康保険、厚生年金
- 【申込み方法】 希望される方は求人票で詳細を確認し、ハローワークを通じてお申し込みください。
- 【その他】 会計年度任用職員は、地方公務員(非常勤職員)となります。

アリナス・おとも苑の事業

能代山本スポーツリゾートセンターアリナス
能代市落合字下台2番地1 ☎54-9200
【営業時間】9:00~21:00

●アリナストレーニングルームの紹介

有酸素系及び筋力系のトレーニングマシン、フリーウエイトなど充実した器具が揃っております。専門のトレーナーも常駐しておりますので、気軽にご利用ください。

- 【使用料】 大人300円、学生及び高校生200円、中学生100円
- 【時間】 1日1回の利用で1回あたりの時間制限はありません。
- 【教室】 バランスボールエクササイズ、メタボ予防運動教室
- 【その他】 中学生の使用器具及び時間に制限があるほか、その他の詳細についてはお問い合わせください。



高齢者交流センター おとも苑
能代市字腹鞍ノ沢19番地10 ☎58-5295
【開館時間】8:00~18:00 【休館日】毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

おとも苑では高齢者の生きがい活動支援サービスと、年齢を問わず利用できる交流サービスを行っています。

●生きがい活動支援サービス

《軽運動・趣味活動を通して生きがい・健康づくりを支援します》

- 【対象】 能代市・山本郡にお住まいのおおむね65歳以上で介護保険の対象とならない方
- 【料金】 1回 700円
- 【内容】 健康チェック、入浴、昼食、休養、軽運動、各種レクリエーション行事など
※月に3~4回、マイクロバスで送迎します。

●交流サービス

- 【主な施設】 健康増進ホール、多目的ホール、創作ホール、研修室、休憩室、浴場
- 【料金】 入館料 小学生以上 1回券 300円
6回券 1,530円
- 【研修室】 午前8時~正午 400円(810円)
正午~午後6時 600円(1,210円)
※()内は冷暖房使用時