



夏到来 さあ、プールへ行こう。

7月から市内のプールをオープンします。気象状況や設備点検などにより臨時閉鎖する場合があります。またプールアルバイトを募集しています。詳しくはホームページをご確認ください。

開設日時など表①・②のとおり

問 まなび中央公園プール…岸和田市公園緑化協会 ☎ 444-4371

市民プール…スポーツ振興課 ☎ 447-7072

①まなび中央公園プール

小学生未満は保護者の同伴が必要です。半日開場日は50メートルプールは使用できません。火曜日(8月15日を除く)は定休日です。

開設日時	料金
7/1(土)~8/31(木) 10:00~17:00 (7/1(土)~19(木)と8/25(金)~31(木)の平日は13:00~17:00の半日開場)	大人…400円、小・中学生…200円(半日開場日の15:30以降は100円)、小学生未満…無料 ロッカー…100円リターン式

②市民プール

小学2年生以下は保護者の同伴が必要です。施設老朽化のため、城北・山滝・葛城・山直北・今木・春木プールは休場します。

プール名	定休日	開設日時	料金
野田	月・火	7/21(金)~8/13(日)	大人…300円 小・中学生…150円 小学生未満…無料 障害者…無料 ロッカー…50円リターン式
太田	木・金	月~土曜…12:00~17:00	
桜台	水・木	日曜日、祝日…10:00~17:00	
朝陽	木・金	7/21(金)~8/20(日)	大人…300円 小・中学生…150円 小学生未満…無料 障害者…無料 ロッカー…50円リターン式
浜	火・水	月~土曜…12:00~17:00	
八木北	火・水	日曜日、祝日…10:00~17:00 ※8/13(日)で終了の場合あり。	

初心者水泳教室

泳ぎ方の基本と楽しさを学びましょう。

対 市内在住・在学の小学1~4年生

日など表③のとおり

費 4,000円(傷害保険料含む)

定 各プール1・2年生は各60人、3・4年生は計70人(抽選)。浜のみ1・2年生は各50人、3・4年生は計60人

申 6月16日(金)までにQRコードから

問 スポーツ振興課 ☎ 447-7072



初心者水泳教室 指導者募集

子どもたちにクロールなどの泳ぎ方を教える指導者を募集します。

対 子どもが好きな18歳以上で、水泳を指導できるまたは水泳が得意な人(高校生不可)

日など表③のとおり

募集人数 15人程度

日給 7,200円

試験 面接…6月19日(月)~22日(木)、実技…6月24日(土)

申・問 6月16日(金)までに履歴書(様式自由)を直接、スポーツ振興課へ ☎ 447-7072

※申し込み時に面接日の予約を受け付けます。

③初心者水泳教室

プール名	日程(日曜日を除く8日間)	学年・時間
浜・八木北	7/21(金)~29(土)(予備日7/31(月))	小学1年生…11:00~11:50 小学2年生…10:00~10:50 小学3・4年生…9:00~9:50
朝陽・太田・桜台	8/1(火)~9(水)(予備日8/10(木))	

熱中症は高温多湿で日差しが強いときにおこりやすくなります。室内でも起こるので、注意しましょう。

予防のポイント

- エアコンや扇風機などを利用して、温度、湿度を適正に保つ。
- 通気性のよい衣服を着用し、外出時は帽子や日傘で直射日光を避ける。
- のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をする。
- 多量の汗をかいたときは塩分も補給する。
- 「熱中症警戒アラート」発表時は、外出を控える。

熱中症と思ったら…

- 軽度(めまい・筋肉痛・大量の発汗など)の症状…すぐに涼しい場所へ移動し、体を冷やして水分を摂る。症状が改善しない場合は病院へ。
- 中度(頭痛・吐き気・体がだるいなど)の症状…自分で水分・塩分が摂れない場合はすぐに病院へ。
- 重度(意識障害・けいれん・高体温など)の症状…救急車を呼ぶ。

熱中症



知ろう! 防ごう!

問 保健センター ☎ 423-8811



食中毒は、腹痛や下痢、嘔吐といった急性胃腸炎の症状が現れます。原因の9割以上を占めるのが「細菌」です。菌を付けない、増やさないように注意しましょう。

食中毒

予防のポイント

- 丁寧に手を洗い、除菌スプレーなども使用する。
- 食品は早めに食べきり、長期保存は避ける。
- 肉や魚の保存は、密閉し、他の食材と触れないようにする。
- 食材は十分に加熱する。
- 調理器具は食材ごとに使い分け、洗剤でよく洗った後、熱湯消毒する。
- 三角コーナーの生ごみはすぐに処理する。

食中毒にかかったら…

- 食後に嘔吐、腹痛、発熱などが起きた場合はすぐに病院へ。
- 嘔吐物を処理する時は、直接触らず手袋をする。
- 衣類は漂白剤などでつけ置き洗いをした後、他の洗濯物と分けて洗う。

▲セアカゴケグモに注意

セアカゴケグモは、側溝やエアコンの室外機、花壇の周りや墓地の花立てなどの隙間に生息しています。触るなどしない限りかみませんが、かまれたときは病院で治療を受け(できればかんだクモを殺して持参)、廃棄物対策課か岸和田保健所へ連絡してください。

かまれると、激痛・発熱・発汗・発疹などの症状があり、乳幼児や老人は重症化することもあります。

対策素手で側溝などの隙間に手を入れず、軍手をする。クモが棲みにくいよう、庭や溝をこまめに掃除する

駆除方法市販の殺虫剤をかけるか、靴で踏みつぶす

問 廃棄物対策課地域美化担当 ☎ 423-9444、岸和田保健所 ☎ 422-5683

- メスは約10~15mm(脚を広げると約30mm)で、色は黒か褐色。背面と腹面に赤色帯状の模様
- オスは約3mmで、赤い模様がなく白っぽく見える



セアカゴケグモ(メス)