

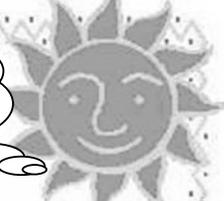


☆保健福祉センターだより☆

温泉のお知らせ 8月の営業日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------|-----|-----------------|-----|-----|-----|-----|
| 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 |
| | 休業日 | 14:00~21:00 | | | | |
| 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 |
| 10:00~ 21:00 | 休業日 | 14:00~21:00 | | | | |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 |
| 10:00~ 21:00 | 休業日 | 14:00~21:00 | | | | |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 |
| 10:00~ 21:00 | 休業日 | 14:00~21:00 | | | | |
| 29日 | 30日 | 31日 | | | | |
| 10:00~ 21:00 | 休業日 | 14:00~ 21:00 | | | | |

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう！！
 ☆入浴受付時間は20:30までとなっております。
 【東通村保健福祉センター 28-5600】



おすすめ 温泉入浴法

入浴前には、血圧の急上昇を防ぐため、心臓に一番遠い、手足から順番に「かけ湯」をしっかりとしましょう。

体の汚れをきちんと落としてから 入ってください。

入浴時に、水でぬらしたタオルで頭全体をおおうと、のぼせやすい方に効果的です。

入る時も出る時も、水圧による負担を防ぐために、ゆっくり時間をかけて行動することがコツです。そして、水分補給はしっかりと！



| 入浴料金 | | | |
|---------|------|-------|----|
| 6歳～11歳 | 100円 | 6歳未満 | 無料 |
| 12歳～69歳 | 200円 | 70歳以上 | 無料 |
| | | 障害者 | 無料 |

「青森県環境審議会」の委員を公募します。

県では、広く県民の皆さんのご意見を青森県環境審議会に反映させるため、委員を公募します。
 ※環境審議会…県内の環境の保全に関する基本的事項を調査審議するため、知事の附属機関として設置

公募要領

1. 募集分野及び人数

募集分野「環境保全活動」、募集人数2名

2. 応募資格

- ・20歳以上の県内在住者で、環境保全活動を実践している者
- ・青森市内で年3回程度平日に開催される青森県環境審議会に出席可能な者
(ただし、県又は市町村議会議員、公務員及び県が設置している他の審議会委員を委嘱されている方を除きます。)

3. 応募方法

- ・青森県の環境政策についての意見・提言等を800字程度にまとめて、県環境政策課まで提出してください。
- ・様式はありませんので、自由にご記入ください。なお、応募書類は、返却しませんので、あらかじめご了承ください。
- ・応募の際には、次の項目について、明記してください。
氏名(ふりがな)、性別、年齢、住所、電話番号、職業
環境保全活動の実績等(活動内容や自己PRなど)

・提出は、郵送、FAX、電子メールのいずれかの方法でお願いします。

4. 募集期間

平成22年7月15日(木)から
平成22年8月10日(火)まで
※郵送の場合は、当日の消印有効

5. 委員候補者の選考方法等

意見・提言等の内容について、選考委員による審査を行い、選考結果を応募者全員にご連絡します。

6. 委員の任期等

・任期は2年間
(平成22年10月1日から平成24年9月30日まで)です。
環境審議会出席の際は、県の規程による報酬及び交通費が支給されます。

7. 応募・問い合わせ先

〒030-8570 青森市長島1-1-1
青森県環境政策課
低炭素社会推進グループ (担当) 館
電話 017-734-9241
FAX 017-734-8065
電子メール kankyo@pref.aomori.lg.jp