



## 多摩地域でスポーツ祭を盛り上げましょう

いよいよ来年に迫ったスポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会)の開催気運を盛り上げるため、多摩地域30市町村合同でスタンプラリーを実施します。

集めたスタンプの数に応じて、抽選ですてきな賞品をプレゼントします。ぜひご参加ください。

詳しくはスポーツ祭東京2013東久留米市実行委員会事務局☎470・7845へ。

## 抽選で、すてきな賞品をプレゼント!

# 国体スタンプラリー



【スタンプラリー実施期間】7月21日(土)~10月31日(水)

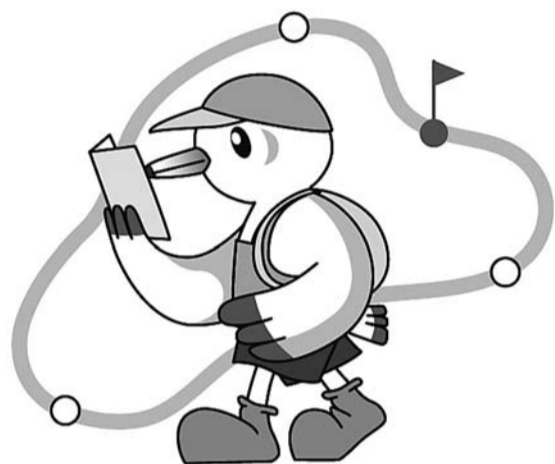
【スタンプラリーブック配布場所】国体担当窓口(市役所4階)、東久留米駅など

多摩地域の30市町村に設置したスタンプポイント(東久留米市内はスポーツセンター)を巡り、スタンプを3個以上集めた方に抽選で賞品をプレゼントします。

【スタンプラリー実施期間】7月21日(土)~10月31日(水)

【スタンプラリーブックの配布場所】国体担当窓口(市役所4階)、東久留米駅など多摩地域の鉄道駅

申し込みは11月9日(金)までに(当日消印有効)、スタンプラリーブックの最終ページにスタンプを集めて、必要事項を記入の上、80円切手を貼って、〒183-0056、府中市寿町1-5、府中市国体推進室内、多摩地域合同国体スタンプラリー実行委員会事務局あて郵送または市国体担当窓口(市役所4階)へ持参してください。



スポーツ祭東京2013「ゆりーと」

### スタンプラリーの賞品

#### ▼特別賞(スタンプ15個以上)

- ▽舞浜のテーマパーク&ホテル宿泊チケット
- ▽電動アシスト自転車
- ▽旅行券3万円分
- ▽家庭用ゲーム機

#### ▼協賛企業賞(スタンプ7個以上)

- ▽ホテル食事券や遊園地・市立美術館の招待券
- ▽サッカー・バスケットボールなど、トップアスリートチームの観戦チケット
- ▽清涼飲料水や食品など

#### ▼ゆりーと賞(スタンプ3個以上)

- ▽スポーツ祭東京2013オリジナルグッズ

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



東久留米市実行委員会事務局

スポーツ祭東京2013に向けてのシリーズ第11回目。今回は「文化プログラム」について解説します。スポーツ祭東京2013における文化プログラムは、芸術・文化活動を通じて大会気運を盛り上げるとともに、地域の特色ある芸術・文化、大会の開催理念を全国に発信する目的で行われます。

大会準備に関して、今後市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

www.sports-sai-tokyo2013.jp)で詳細をご覧ください。東久留米市の特色ある芸術・文化活動を全国に発信する契機として、ぜひご活用ください。

### 25年秋

## スポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会)

シリーズ①

### 東久留米市で行われるのは「山岳競技(クライミング)」

今年、このプログラムは、東京に訪れる選手や監督、大会関係者をはじめ多くの方に地域の魅力を知っていただく内容を予定しています。

今年秋に第67回国民体育大会「ぎふ清流国体」が開催される岐阜県では、1月1日~12月31日の期間に、「ぎふ長良川鶴飼い」などを

### 川やプールでの水の事故を防ぐ

- ①小さい子どもと一緒に水遊びをする際は、子どもから目を離さない
- ②飲酒後や体調不良時には遊泳は行わない
- ③海や河川では、荒天時や天候不良が予測される場合、遊泳や川岸などのレジャーは中止する
- ④遊泳をしない場合でも、水辺付近ではライフジャケットを着用するなど、事故の未然防止に努めましょう

### 節電と熱中症対策

今年の夏も昨年と同様に、節電の協力をお願いしています。節電に配慮しつつ、体調管理を心掛け、熱中症予防をしましょう。熱中症対策として、次のことに注意しましょう。

- ①身体に熱がこもらないようにする
- ②冷却グッズなどを事前に準備する
- ③温度計の設置など、さまざまな対策により熱中症に注意する

また、救急搬送データから、気温が28度を超えるあたりから救急搬送人員が増え始めるという実態があります。このことから、おおむね28度を目安に扇風機とエアコンを組

# 夏に多発する事故から尊い命を守ろう!

### 花火の事故を防ぐ

- ①注意書きを守る
- ②燃えやすい物の近くではやらない
- ③強風時はやらない
- ④水バケツを用意する
- ⑤子どもだけでなく大人と一緒に遊ぶ
- ⑥一度にたくさん花火に火をつけない
- ⑦花火をほくして遊ばない

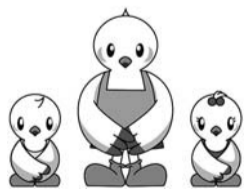
### 救命講習を受講しましょう!

#### 上級救命講習

▼対象 都内在住・在勤・在学の方▼日時 8月14日(火) 午前9時~午後5時 / 8月17日(金) 午前9時~午後5時 / 8月20日(日) 午後1時~3時20分(上級) 午後1時~4時▼内容 心肺蘇生法(成人・小児乳児)、AED(自動体外式除細動器)の取り扱い要領、窒息時の手当て、止血法、外傷の手当て、傷病者の管理、搬送法など▼教材費 2600円

#### 普通・上級救命講習

▼対象 都内在住・在勤・在学の方▼日時 8月14日(火) 午前9時~午後5時 / 8月17日(金) 午前9時~午後5時 / 8月20日(日) 午後1時~3時20分(上級) 午後1時~4時▼内容 心肺蘇生法(成人・小児乳児)、AED(自動体外式除細動器)の取り扱い要領、窒息時の手当て、止血法、外傷の手当て、傷病者の管理、搬送法など▼教材費 1200円



### 《今号の主な内容》

- ・「市公共施設使用料のあり方検討委員会報告書(素案)」に対するパブリックコメントを実施します
- ・東久留米市「エコキッズ」を募集します
- ・スポーツセンターの早朝開放を実施します