

第5回

／ グランプリの栄光は誰の手に！ ／

やまとdeのど自慢 本選観覧者を募集

出演者が演歌からJ-POP^{ポップ}まで幅広いジャンルの歌を熱唱。
審査員の採点によりグランプリを決定します。

定員 500人(定員を超えた場合は抽選)

申し込み 7月14日(金)(必着)までに、往復はがきで
〒242-8601市役所イベント観光課「やまと de のど自慢」観覧係へ。

往信用裏面に応募者全員の住所、氏名、電話番号を記載し、返信用表面には応募者(代表)の郵便番号、住所、氏名を記載。返信用裏面には何も書かないでください。

※応募は1人(組)1通まで。1通で5人まで応募可。

※詳しくは、同課、各学習センターなどで配布するちらしをごらんください。

※8月26日(土)午後1時30分～4時30分に同ホールで予選を実施します。予選は申し込み不要で観覧できます。

本選 8月27日(日)
午後1時30分～3時30分

シリウス内メインホール



昨年の同イベント

問 市役所イベント観光課イベント観光係 ☎(260)5167 FAX(260)5138

熱中症にご注意を



梅雨が明けて、急に暑くなる時期は、体が暑さに慣れていないため、熱中症になりやすい季節です。

熱中症を予防するポイント

- のどが渴いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- 暑い日はためらわずに、エアコンを活用しましょう。
- 日傘や帽子を着用し、こまめに休憩しましょう。
- 日頃からウォーキングなどの軽い運動をして、夏の暑さに負けない体づくりをしましょう。
- 高温・多湿な環境下では、マスクを着用すると熱中症のリスクが高まります。熱中症を防ぐため、屋外ではマスクを外しましょう。

熱中症警戒アラートが発表されたら

不要不急の外出を避け、ふだん以上に熱中症予防を心掛けましょう。

問 保健福祉センター健康づくり推進課地域保健活動係 ☎(260)5663 FAX(260)1156