



明石市役所

〒673-8686
兵庫県明石市中崎1丁目5番1号
TEL912-1111

市政へのご意見・ご要望は…



[市民相談室] TEL918-5050 FAX918-5102
受付時間/8:55~17:40
(土曜、日曜、休日と年末年始を除く)

休日・夜間の救急医療は…



[消防局] TEL921-0119 FAX927-0119
[夜間休日応急診療所] TEL937-8499
[あかしユニバーサル歯科診療所(休日)]
TEL918-5664

涼しく過ごせる
無料休憩所

ひと涼み スポット

市内38か所で開設中(2面へ)

どなたでも利用できます



暑さをしのぎ、涼を取ることができる場所「ひと涼みスポット」を市内各所に開設しています。昨年のタウンミーティングでの市民との対話を受けて実現しました。皆さんとの共創で、今後も順次拡大していきます。

お問い合わせは、健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440) へ。

外出時の熱中症予防に ちょっと涼んでいきませんか

まだ真夏じゃないし、
大丈夫でしょ

梅雨の季節から 気をつけましょう

この時期、暑さに体が慣れていないこと、また湿度が高く、汗が蒸発しにくいいため、体に熱がこもりやすくなります。気温が高くない日でも熱中症に注意しましょう。

今の時期から気を付けて。
体を慣らしていきましょう



詳しくはこちらから



ひと涼みスポット
の設置に協力して
いただける事業所
を募集しています。

