

熱中症予防 × 新型コロナ感染予防で 元気な夏を!

これからの季節は熱中症になりやすい季節です。体調管理に注意し、上手に予防していきましょう。

熱中症予防のポイント

体調管理

バランスの良い食事を心がけましょう。運動は体調と相談しながら行いましょう。



環境調整

日傘や帽子を活用して涼しい服装を意識しましょう。エアコンや扇風機利用時もこまめに換気を!

水分補給と塩分補給

1日あたり1.2L(リットル)を目安に水分補給を! 汗をかいたら塩分もこまめにとりましょう。

屋外で人と2m(十分な距離)以上 離れているときは

マスクをはずしましょう



← 2m以上 →



上手に予防しましょう

ウイルス感染対策は忘れず、上手に暑さを避けましょう。

熱中症に弱い方

子ども



晴天時は照り返しなどにより地面に近いほど気温は高くなります。このため大人が暑ければ、子どもはさらに高温な環境にいます。ベビーカーの乳幼児にも注意が必要です。

高齢者



高齢者はもともと若年者より体内の水分が少ないため、脱水症状に陥りやすくなっています。こまめに水分を摂りましょう。寝たきりの高齢者がいる場合は特に注意してあげてください。

以下の症状が出た場合

- 自分で水が飲めない。
- 普段通りに歩けない。
- 意識がない、あるいは意識が朦朧としている。
- けいれんしている。



すぐに救急車を!!

ガソリンを購入されるみなさまへ

ガソリンは貯蔵、取り扱いを間違えると大変恐ろしいものであり、「危険物」として消防法に定められています。

令和2年2月1日より、ガソリンを容器詰め替え購入する場合はガソリンスタンド側から身分証等による本人確認や使用目的の確認を行うことが義務化されました。ガソリンの安全な取り扱いのため、ご協力をよろしくお願いいたします。

ガソリンを容器で購入する場合

- ①消防法令に適合した容器(ガソリン携行缶)を準備してください。
- ②本人確認のため、運転免許証等の提示をお願いします。
- ③使用目的の確認のため、購入先の従業員の質問に回答してください。

一連の
確かな所作で
無災害

令和4年度
危険物安全週間
推進標語

※危険物取扱者(係員)は、危険物の取扱が適正に行われ安全な給油作業をさせる義務と責務があります。係員の指示に従い安全に給油を行ってください。

認知症相談について 初期集中支援チームのご紹介

香南市地域包括支援センターでは、認知症初期集中支援チームを設置し、病院受診・介護保険サービスや「認知症に関するさまざまな悩み」について、認知症専門医の2名の先生と、包括支援センター、保健師、社会福祉士のメンバーで広く相談に応じています。

相談について

- ◆利用料金: 無料
- ◆場所: 香南市役所 (野市町西野2706)
- ◆申し込み: 高齢者介護課 ☎0887-57-8511

◆申し込みの流れ

- ①相談日2週間前までにお電話で予約。
- ②地域包括支援センター職員が必要に応じ訪問。
- ③相談日当日、認知症専門医・包括支援センター保健師・社会福祉士・相談員にて相談をお受けします。



チーム医(認知症専門医)紹介



野市中央病院 脳神経外科
北岡 卓治先生
野市中央病院で物忘れ外来を診察されています。

北岡 卓治先生の相談日

	日程	場所・時間
第3回	6月29日(水)	602 会議室 14:00 ~ 15:00
第4回	7月20日(水)	
第5回	8月17日(水)	
第6回	9月21日(水)	
第7回	10月12日(水)	
第8回	11月16日(水)	
第9回	12月14日(水)	
第10回	令和5年1月18日(水)	
第11回	2月15日(水)	
第12回	3月15日(水)	

※第2回までは終了しています



赤岡医院
金子 恵子先生
近森病院脳神経内科でも勤務されています。

金子 恵子先生の相談日

	日程	場所・時間
第3回	6月13日(月)	502 会議室 11:00 ~ 12:00
第4回	7月25日(月)	
第5回	8月15日(月)	
第6回	9月12日(月)	
第7回	10月17日(月)	
第8回	11月14日(月)	
第9回	12月12日(月)	
第10回	令和5年1月16日(月)	
第11回	2月13日(月)	
第12回	3月13日(月)	

※第2回までは終了しています