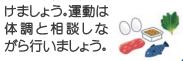
熱中症予防※新型コロナ感染予防で

沉氣為夏奈

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

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 〇



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





上手に予防しましょう

ウイルス感染対策は忘れずに、 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。
- サいれんしている。



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。

危険物安全週間推進標語令和4年度 ー 連 確の

※危険物取扱者(係員)は、危険物の取扱が適正に行われ守全な給油作業をさせる義務と青務があります。係員の指示に従い守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

地域包括支援 センター

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。



◆場

相談について

◆利用料金:無料

所:香南市役所

(野市町西野2706)

◆申し込み: 高齢者介護課

30887-57-8511

自分に自信がなくなってきた。 どうしたらいいかわからん・

最近、通帳がなくなる **ようになったわ・・・**



◆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

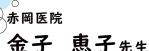
野市中央病院で物忘れ外来を 診察されています。

北岡 卓治先生の相談日



※第2回までは終了しています





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)	
第4回	7月25日(月)	
第5回	8月15日(月)	502
第6回	9月12日(月)	会議室
第7回	10月17日(月)	11:00
第8回	11月14日(月)	11100
第9回	12月12日(月)	12:00
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