

熱中症予防について～ポイントは『ためらわない』こと～



熱中症とは、高温多湿な環境で、発汗による体温調節などがうまく働かなくなり、体に熱がこもった状態のことです。熱中症での死者数は増加しており、誰でも発症する恐れがあります。予防のポイントは、『ためらわないこと』です。

①熱中症の症状

・めまい

・立ちくらみ

・生あくび

・大量に汗をかく

・筋肉痛

・筋肉のこむらがえり

病状が進むと

・頭痛

・嘔吐

・体が怠い

・判断力、集中力低下

・体に力が入りにくい

症状が出た時は、涼しい場所に移動する、体を冷やす、水分を補給してください。応急処置をしてもよくならない時は医療機関を受診しましょう。自力で水分がとれない、呼びかけに反応しないときは『ためらわずに』救急車を呼びましょう。

②熱中症の予防

・エアコンなどで温度をこまめに調節

『ためらわずに』エアコンを付けましょう！

・こまめな水分補給

・日陰の利用

・日傘の使用、帽子の着用

・通気性の良い衣服を着用

※厚生労働省作成熱中症予防のリーフレットはこちらから

環境省の熱中症予防サイトでも熱中症に関する情報が公表されています。暑さ指数を確認して、予防に役立ててください。

③クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）の指定について

深刻化する熱中症による健康被害を防止するため、「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合、冷房設備が整っていて暑さをしのぐことができる施設として「クーリングシェルター」を市町村長が指定できることとなりました。このため、山都町でも熱中症の危険性が極めて高い暑さから町民の健康を守るため、町内の公共施設や民間施設をクーリングシェルターに指定し、**熱中症特別警戒アラートが発表された際に開放**します。

山都町クーリングシェルター開設施設一覧

施設名称	開設場所	開設時間
山都町役場本庁	多目的ホール	午前8時半～午後5時15分 ※休日・祝日を除く。
山都町役場清和支所	研修センター	午前8時半～午後5時15分 ※休日・祝日を除く。
山都町役場蘇陽支所	山都町立図書館蘇陽分館・ 営農ホール待合室	午前10時～午後6時 ※毎週月曜日・月末日・祝日を除く。
山都町総合体育館パスレル	二階エントランススペース	午前9時～午後10時 毎月第3月曜日を除く。
山都町立図書館	読書スペース	午前10時～午後6時（土日は午後5時まで） ※毎週月曜日・月末日・祝日を除く。

問合せ 健康ほけん課 ☎72-1295

日時 7月16日 午後1時半
場所 御船保健所
問合せ （事務局）御船保健所
☎096-28210016

**「金婚夫婦表彰の対象者の方は
お申し出ください」**
熊本日新聞社主催の「第67回金婚夫婦表彰」の該当者を調査しています。6月に区長・組長・世話係を通じてお知らせしましたが、まだ申し出をされていない方で表彰を希望されるご夫婦は、7月31日までに総務課総務係までご連絡ください。
今年は、昭和50年1月1日から12月31日までの間に結婚されたご夫婦が対象となります。
また、金婚夫婦表彰式を9月9日に開催する予定です。期日が近まりましたら、申し出があった方に通知および行政防災無線によりご案内します。
ご不明な点は、役場総務課総務係にお尋ねください。
問合せ 総務課 ☎72-1111

「メガソーラー事業環境影響評価書の縦覧のお知らせ」
下名連石と御所において計画されている「アグリヒルズ・ソーラー山都発電事業環境影響評価評価書（山都太陽光発電所合同会社）」について縦覧を行います。
縦覧期日 7月1日～7月31日
午前8時半～午後5時15分（平日のみ）
縦覧場所 役場本庁2階企画政策課、蘇陽支所、事業者清和支所、蘇陽支所、事業者HP
問合せ 山都太陽光発電所合同会社
〒86010802
熊本県熊本市中央区中央街4番10

**「八朔祭」出場団体募集および
露店出店について」**
9月6日・7日に開催される八朔祭の出場団体および露店出店の受付を行っています。
踊りやパレードなどに出場を希望される団体は7月25日までに、山都町商工会本所へお申し込みください。「申込書」は、商工会または役場商工観光課で受け取るか、各HPからダウンロードできます。
また露店出店を希望される方は、8月8日までに、役場商工観光課または商工会HPに掲載しています「露店出店届について」を確認のうえ、山都町商工会本所へお申し込みください。
詳しくは山都町商工会または役場商工観光課までお問い合わせください。
問合せ 山都町商工会
☎09671720186
商工観光課 ☎72-1115

**「第75回社会を明るくする運動
推進大会について」**
「社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。本町においても推進大会を実施しますので、住民の皆様のご来場をお待ちしています。
日時 7月17日午後1時50分～午後3時
場所 山都町立清和中学校
内容 「むた ゆうじ おしゃべりコンサート」心のカベを超えて
問合せ 総務課 ☎72-1111

福祉だより

介護保険負担限度額認定証更新のご案内・
介護保険負担割合証を郵送します



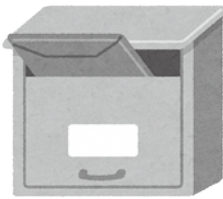
現在発行している介護保険の限度額認定証（桃色）と負担割合証（黄色）の有効期限は、7月31日までとなります。それぞれの更新や送付の時期についてお知らせします。

介護保険負担限度額認定証の更新手続きについて

8月1日以降有効な限度額認定証の交付を受けるには、申請手続きが必要です。7月31日期限の認定証をお持ちの人には、7月中旬頃に「有効期間終了のお知らせ」を郵送します。新しい認定証の申請が可能な人には申請書を同封しますので、ご利用ください。8月末までに手続きをされると、8月1日から有効な認定証の交付を受けることができます。
申請には預貯金などの確認が必要となるため、定期預金も含めた全ての通帳をご準備ください。（配偶者がいる場合は配偶者の分も必要です。）
詳しくは、郵送されたお知らせをご確認ください。

介護保険負担割合証の郵送について

負担割合証は更新手続きが不要です。介護保険のサービスを利用している人（介護認定を受けている人や事業対象者）には、7月下旬頃に8月1日から有効な負担割合証を、特定記録郵便※にて郵送しますのでお受け取りください。
※特定記録郵便…配達状況の記録が残る郵便で、郵便受箱に投函されます。受け取りのサインなどは不要です。



問合せ 福祉課 ☎72-1229（高齢者支援係）