



熱中症

曾於郡医師会 鮫島クリニック 鮫島伸二 氏

今年もまだまだ暑い日が続きます。さて、今回は「熱中症」の症状、治療、予防についてです。

「熱中症」とは、「熱が体の中にこもる」ことから起こる症状です。特に汗をかきにくく、体温調整機能の弱くなった高齢者の方に起こりやすいです。

① 症状・・・めまい、はき気、頭痛、意識障害など。

② 自分でできる治療・・・いかに体温を下げるかです。涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめ、冷たいタオルで体を拭きます。水分を飲める人は、水分を飲みます。

③ 予防・・・暑い中での水分補給は水やお茶だけでは不十分で、「水」、「塩分」、「糖分」が必要です。自分で作るには、「水1リットル」に「塩2グラム」、「砂糖40グラム」を入れて混ぜます。これで、簡単な手作りドリンクの完成です。

暑い中で、体の調子が「何かおかしい」と感じたら涼しい所でしばらく休む事が大切です。これで暑い今夏をのりきりしましょう。

『心が元気になる相談室』開催のご案内

今月の開催日は、「**9月26日（月）13:30～**」

場所は、「**市役所・財部支所3階会議室**」です。

事前予約が必要ですのでこちらの連絡先までご連絡ください。

	担 当 課	担 当 係
連絡先	本 庁・保 健 課	健康増進係 (0986 - 76 - 8806)
		福 祉 係 (0986 - 76 - 8807)
	大隅支所・保健福祉課	福 祉 係 (099 - 482 - 5925)
		財部支所・福 祉 課 (福祉事務所)
		社会福祉係 (0986 - 72 - 0936)

7月の子牛せり市成績

曾於中央家畜市場(7/25～7/27)

地区名	性別	頭数(頭)	最高額(円)	kg単価(円)	平均価格(円)
曾於市	雄	1	651,000	2,411	651,000
	メス	350	901,950	1,340	360,126
	去勢	406	560,700	1,442	433,557
	計	757	901,950	1,400	399,893
曾於地区	雄	2	651,000	2,372	640,500
	メス	700	1,297,800	1,337	361,015
	去勢	833	597,450	1,438	432,697
	計	1,535	1,297,800	1,395	400,279

※ 9月の子牛せり市は、9月26日～9月29日の4日間の予定です。