

村の行事（8/16～9/15）

月 日	曜日	行 事 予 定	場 所・時 間・備 考
8月20日	火	朝倉市郡陸上大会	小郡陸上競技場
8月21日	水	乳幼児健診	いずみ館
8月25日	日	東峰学園 愛校作業	東峰学園 8:15～
8月27日	火	東峰学園 始業式 東峰学園 運動会結団式	東峰学園 体育館
8月28日	水	総合健（検）診	小石原公民館 8:00～
8月31日	土	東峰小学校 水泳記録会	東峰学園プール 13:35～
9月1日	日	東峰村環境美化の日（予備日8日）	村内全域 8:00～
9月7日	土	東峰 Jr. みらい塾 アウトドアクッキング	喜楽来館
9月7日	土	小石原千灯明	小石原高木神社
9月15日	日	東峰学園 運動会	東峰学園 運動場

在宅医表（8・9月）

甘木朝倉在宅当番医表	当番日	病 医 院 名	所 在 地	TEL	病 医 院 名	所 在 地	TEL
	18日(日)	◎宮田クリニック	筑前	22-3331	◎窪山医院	馬場	22-2014
	25日(日)	◎朝倉健生病院・内科系	水町	22-5511	◎甘木中央病院・外科系	三福町	22-5550
	1日(日)	◎朝倉健生病院・外科系	水町	22-5511	◎山鹿医院	杷木	62-0501
	8日(日)	富田小児科医院	馬場	22-2036	太刀洗病院・内科系	筑前	22-2561
	15日(日)	石井外科クリニック	杷木	63-3772	福嶋医院	横大	22-3116
休日夜間急患センター内科・外科・小児科 （医師会病院内）23-0077 （※特定健診は◎の医療機関で受けることができます。事前に電話予約をしてください。）							
日田地区在宅当番医	当番日	内 科（市外局番：0973）			外 科（市外局番：0973）		
	18日(日)	下飛田小児科	中央1	24-1148	堀田クリニック	新治町	22-2662
	25日(日)	日野内科	天神町	23-6009	秋吉病院	豆田町	23-0808
	1日(日)	福田医院	清岸寺町	22-1648	大河原病院	隈2	22-3131
	8日(日)	松浦クリニック	中央1	24-4155	原病院	三本松	22-7151
	15日(日)	こじかこどもクリニック	渡里	28-8771	城谷病院	元町	23-6115
※注意事項 1. 診療時間は午前9時から午後5時までです。2. 急患に限ります。3. 往診はしません。 ※救急指定病院 ○日田中央病院 TEL23-3181 ○聖陵岩里病院 TEL22-1600 ○一ノ宮脳神経外科病院 TEL24-6270 ○済生会日田病院 TEL24-1100 ※問い合わせ先 日田市役所 TEL23-3111(午後5時以降は TEL23-0099) ※ (色つき枠) は外科担当の病院になります。							



保健師からのお知らせ

「熱中症」に注意しましょう!!

熱中症の発生は7~8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう。

- 熱中症は、適切な予防をすれば防ぐことができます。
- 熱中症になった場合も、適切な応急処置により救命することができます。
- 一人ひとりが、熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症とは・・・

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さから体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わせることにより、熱中症の発生が高まります。
- 屋外で活動しているときだけでなく、就寝中などの室内で熱中症を発症し、救急搬送されたり、不幸にも亡くなられたりする事例が報告されています。

急に暑くなった日は特に注意!

室内にいるときも注意が必要!

熱中症の予防法

熱中症の予防には、『水分補給』と『暑さを避けること』が大切です!

水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分補給
※高齢者、障害児・障害者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を。

熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調節
- 室温が上がりにくい環境の確保
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)
- こまめな室温確認

体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定
(特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども)
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによるからだの冷却

外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

無理をしてエアコンを使わないと体調を崩すことがあります!



熱中症になった時の処置は・・・

1. 涼しい場所へ避難させる
2. 衣服を脱がせ、からだを冷やす
3. 水分・塩分を補給する

自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう!

熱中症情報に関するホームページ

- 熱中症環境保健マニュアル、熱中症予防リーフレット・カード、暑さ指数(WBGT)予報ほか
- ◆ 環境省 熱中症情報http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/
熱中症予防情報サイト<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/index.html>
- 天気予報、気象情報、異常天候早期警戒情報ほか
- ◆ 気象庁 熱中症に注意<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/kuon/kurashi/netsu.html>
異常天候早期警戒情報<http://www.jma.go.jp/jp/soukei/>



フォト ギャラリー

少年野球ディアーズです。いつも僕たちを応援してくれてありがとうございます。僕たちいっぱい練習して県大会に出場しました!! 結果は次号の広報でお知らせします。



7月24(水)・25日(木) 東峰小☆大島小交流キャンプ

