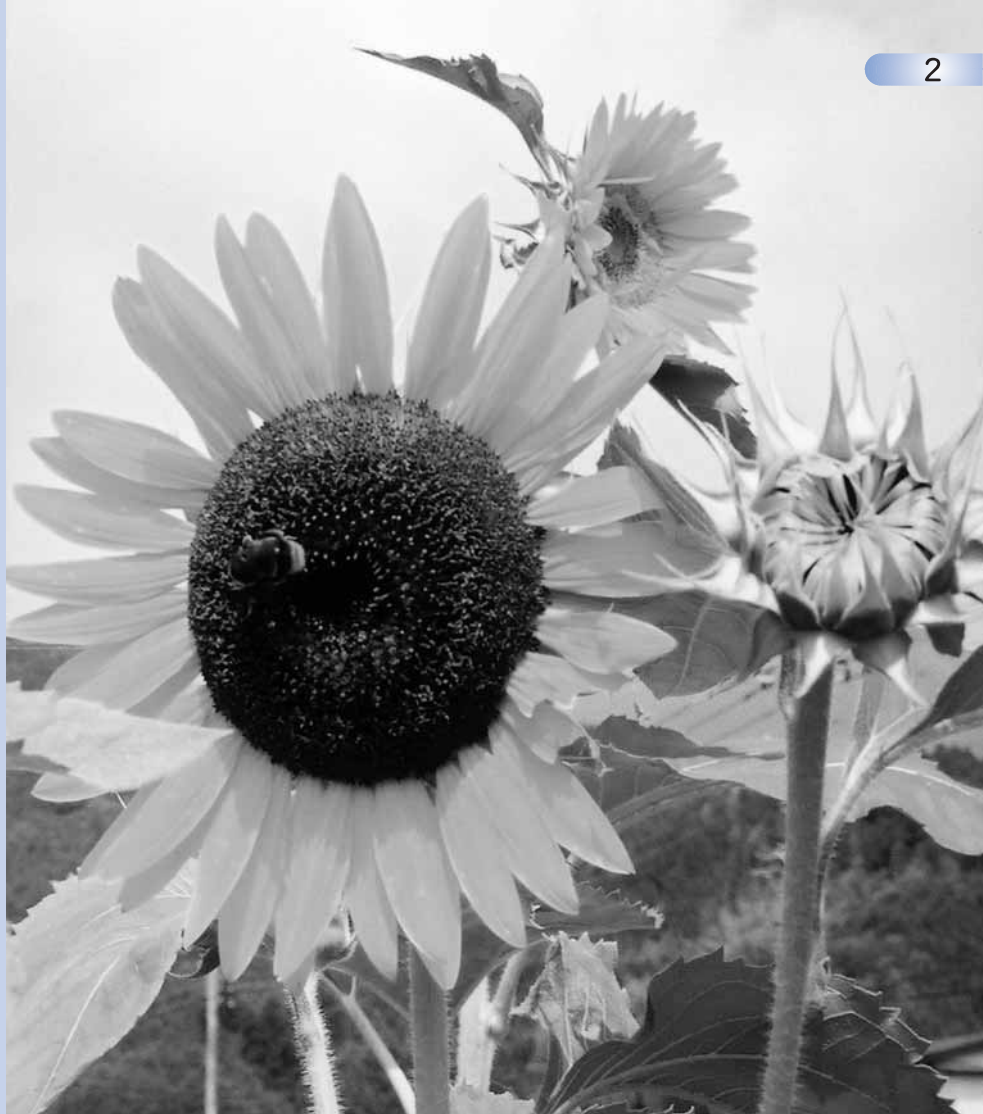


特集

暑い夏！ ベタつく夏の ご用心



ギラギラ照りつける
太陽。

とめどなく流れる汗。

私たちの体には

こんな状況下でも

体温を一定に保つ

働きがあります。

しかし、

予防をおこたると

『熱中症』が

静かに、

忍び寄ってきます。

『熱中症』とは？

高温多湿で運動や仕事をした
り、長時間日光を浴びると、め
まい・吐き気・頭痛、ひどくな
ると意識障害といった症状を引
き起こすことがあります。この
ような体の障害を「熱中症」と
いいます。

暑い日には帽子をかぶる等、
直射日光をさける。また、水分
を定期的に摂取して体調管理を
しっかりとしましょう。



「日射病」？「熱射病」？

予防と適切な対応を！！

熱中症の中には、熱けいれん・日射病・熱疲労・熱射病等があり、良く耳にするのが「日射病」「熱射病」だと思います。これらは似ていますが少し症状が違います。

日射病は、炎天下で激しいスポーツや労働をしたときに、汗で体の水分が足りなくなり心臓へ戻ってくる血液が少なくなると、心臓が空打ちをしてしまうもの。いわば「脱水状態」です。顔が赤くなって息遣いが荒くなり、皮膚は暑くてサラサラと乾いた状態で、汗が出ません。なってしまうと、風通しのよい涼しい所に頭を高くして寝かせ、首や腋の下を冷やし体温が平温になるまで休ませます。また、塩分を含んだ水（スポーツドリンク等）を少しずつ飲ませるようにします。

熱射病は、高温多湿な状況下で（屋内でも）、大量の汗をかき、体内の塩分や水分が著しく不足して起こります。体温調整が出来なくなると熱が体にこもってしまう状態です。顔は青白

く、大量の汗が出て皮膚は冷たくじっとりとした感じになります。体温はやや低めで脈は弱く早くないです。なってしまうと、涼しい所に頭を低く足を高くして寝かせ、水か薄い食塩水を15分おきくらいに飲ませるようにします。

そのほかの危険信号にも注意してください。

熱疲労

頻脈、血圧低下、めまい、頭痛、吐き気、体温上昇をまねく。体温の上昇により「血管が拡張すること」汗を大量にかくため血量が減少し血圧が低下し、血液循環が悪くなる。

熱けいれん

腕や肩、脚などの筋肉けいれん、を起こす。汗を大量にかいたときに、水分のみを補給して塩分を補給しないと、血中の塩分濃度が低下して筋肉けいれんを起こす。

症状がひどい場合や改善がみられない場合は、速やかに医師や救急機関へ連絡し、適切な処置を受けてください。

南部町栄財産区議会議員決まる

平成19年7月1日執行の南部町栄財産区議会議員一般選挙で、14名の議員が新しく選ばれました。また、2日には農村環境改善センターで当選証書附与式が行われ、佐野南部町選挙管理委員会委員長から当選証書が手渡されました。

当選された議員は次のとおりです。（敬称略）

候補者氏名（届出順）	住所
梶原 馨	内船5114番地2
笠井 秀明	内船4217番地1
久保田 博	内船221番地1
佐野 公郎	内船7888番地1
芦沢 理司	内船9395番地
青山 勝彦	内船8222番地1
青山 義恵	内船10898番地
芦沢 義夫	内船11694番地1
若神子 仁	井出1458番地
市川 諄一	井出2430番地
瀧 孝行	十島624番地
滝 利幸	十島96番地
望月 一三	上佐野1506番地
安武 美明	上佐野169番地

任期 平成19年7月15日～平成23年7月14日