



夏がやってくる！  
熱中症を防ごう！

梅雨が明け、本格的な夏の暑さがやってくるこれからの季節は、熱中症が増える時期です。熱中症は屋外だけでなく室内でも発生しているため、室内温度を確認するなど熱中症にならないような注意が必要です。  
**室内で：** エアコンのない高温の居室内に長時間いたところ、頭痛、ふらつきなどの症状が出たため、救急要請となった。

**予防のポイント** 気温が高くなっても湿度が高いと熱中症になることがあります。  
▽水分補給をこまめにする。窓を開け風通しを良くしたり、エアコンや扇風機等を活用して室内温度を調整するなど、熱気を溜めないようにしましょう。  
**乳幼児が車の中で：** 母親が力ギを車内に残した状態で車両を離れ、

子どもが鍵のロックボタンを押したため、ドアが施錠してしまった。  
**予防のポイント**  
夏場の車内の温度は、短時間で高温になります。  
▽子どもを車内に残さない。▽車を降りる際は、鍵を持って降りる。

**屋外で作業中：** 庭で作業していた父親の様子を息子が行ったところ、倒れているのを発見し、救急要請。  
高校野球の応援中に複数の生徒が熱中症症状を訴え救急要請。

**予防のポイント** クラブ活動等では、複数の生徒が熱中症になる恐れがあります。指導者等は、無理のない活動に配慮しましょう。  
▽水分補給をこまめにしましょう。▽襟元を緩めたり、ゆつたりとした服を着るなど服装に工夫しましょう。▽自分自身で体調管理をおこない、体調不良の時は無理をせず休憩しましょう。

**熱中症の予防**  
**高温・多湿・直射日光を避ける**  
熱中症の原因の一つが、高温と多湿です。屋外では風通しを良くするなど、高温環境に長時間さらされないようにしましょう。

**予防のポイント**  
▽日陰を選んで歩く。▽窓から射し込む日光を遮る（ブラインドやすだれを垂らす、日射遮断フィルムを貼るなど）。▽空調設備を利用する（我慢せずに冷房を入れる、扇風機も利用する）。  
**水分補給をこまめにする。**  
特に高齢者はどの渴きを感じにくくなるため、早めに水分補給をしましょう。なお持病がある方や水分摂取を制限されている方は、夏場の

水分補給等について必ず医師に相談しましょう。  
**問合せ先** 丹羽広域事務組合  
消防本部 予防課 ☎95-5158

—普通救命講習会—  
**日時** 7月20日(土)  
午前9時から正午  
**場所** 丹羽消防署 大口出張所  
**申込みおよび問合せ先**  
丹羽消防署本署 ☎95-5151  
大口出張所 ☎95-0119

**大口俳句会**

外<sup>と</sup>国はもう訪へぬ距離花は葉に 木村千代子  
チューリップ人はやさしくほけてゆく 前田とし子  
雨の中さくさく刻む春さやべつ 荒谷富美子  
だるまさんがころんだ麦畑揺れ 安藤 亮子  
カーデイガンもらひあたたか母の日は 保浦佐代子  
ブロックするバレエの選手夏木立 土川喜一郎  
**芙蓉句会**  
楓若葉影の動く滝の径 桑原 聡子

**大口川柳クラブ**

ポケットに覗<sup>のぞ</sup>きてゐたり紫雲<sup>れんげん</sup>草 大野 正子  
湧水<sup>すゐ</sup>を掬<sup>く</sup>ひて飲み夏<sup>なつ</sup>の山 水野 邦子  
透きとほる三葉躑躅<sup>つづし</sup>の紅むらさき 田中百百代  
老松の幹に喰<sup>く</sup>い込み鳶<sup>とび</sup>青む 土川 照恵  
唸<sup>うな</sup>らせる宇宙船とのドッキング 吉田 雄亮  
胃の当たり止まって太る腹の虫 高橋あや子  
留守がちの庭に住みつく野良の猫 安藤 久子  
改元の熱気に走る百貨店 日比野文子  
汗だくになって世話役駆け回る 天野 信和