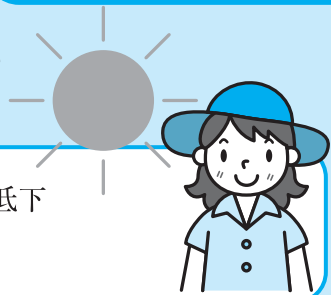


熱中症を予防しましょう

熱中症は、レジャーのときばかりでなく、普段の生活の中でも起こりえる病気です。日頃からの心がけで熱中症を予防しましょう。

熱中症の症状

- 軽症**：立ちくらみ、こむら返り、手足のしびれ、不機嫌、活気の低下
- 中度**：頭痛、めまい、失神、吐き気、嘔吐、体温の上昇
- 重症**：高体温（40℃以上）、意識障害、けいれんなど



熱中症の予防

- 体調を整え、調子の悪いときは、暑い日中の外出や運動は控えましょう。
- 通気性の良い洋服を着て、外出時には日傘や帽子を使用しましょう。
- 日頃から、こまめに水分を補給しましょう。
- 特に暑い日には、塩分の補給も心がけましょう。
- 子どもや高齢の方は脱水症状を起こしやすいので、特に注意しましょう。



日本脳炎定期予防接種について、追加内容のお知らせ

予防接種法の一部改正に伴い、「6月広報P.14」に、改正部分をお知らせしているところですが、新たに内容の追加をしましたのでお知らせします。

〈内容〉 広報6月号も併せて、ご覧ください。

『平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方について』

⇒1期・2期の接種が終了できていない方は20歳未満の間、定期で予防接種ができるようになりました。

〈今回の新たな追加内容〉

「平成7年4月2日～平成7年5月31日生まれで、鏡野町に住所がある方」に限り、今回の法改正では接種対象から外れますが、町独自の制度として上記対象者と同じように接種を受けることができることとしました。

➡ 接種を希望する方は、役場健康増進課へお問い合わせください。(事前に手続きが必要です。)

★接種の受け方については、下記を参考にしてください。

年齢または生年月日	予 防 接 種 の 受 け 方
平成19年4月以降に 生まれたお子様 (6ヶ月～接種はできますが、 標準年齢は3歳です。)	〈過去に1～2回接種を受けた方の場合〉 1期（初回2回・追加1回）の不足分（1～2回）を6日以上の間隔をおいて接種してください。 追加1回については、初回2回目終了後概ね1年をあけて接種してください。 〈過去に1期の接種を全く受けていない方の場合〉 6日から28日までの間隔をおいて1期初回（2回）を接種し、おおむね1年経過した時期に1期追加（1回）を接種してください。 ★2期の接種は、9歳以上の方に対して、1期接種終了後、6日以上の間隔をおいて、1回の接種を行ってください。
平成7年4月2日～ 平成19年4月1日生まれの方	接種の受け方は、上記と同様です。 20歳未満まで接種ができます。

接種の際は、予約が必要な医療機関もありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。
詳しくは、健康増進課へお問い合わせください。

献血のお知らせ

☆次の場所で献血を行いますので、皆様のご協力をお願いします。

[illegible]

お問い合わせ先：健康増進課 保健師・栄養士 電話 (0868) 54-2025