

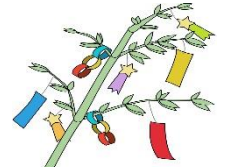


復興支援ニュース

宮城県東部保健福祉事務所
(宮城県石巻保健所)

Vol.83

平成30年7月



熱中症を予防しましょう！

●熱中症が起きやすいところは…家？！

県内で熱中症のために救急搬送された人が7月以降の3週間で603人に上り、最近5年間の同期間で最多となっています。県消防課によると年齢区分別にみると**高齢者が最も多い**261人、発生場所別にみると**住居が最も多い**244人でした。(7月25日現在)

●熱中症とは？

暑い環境で、体の中の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまく働かないことで起こる障害の総称です。手足のしびれ、頭痛、吐き気、めまいなどが起こります。症状が悪化すると意識を失ったり、内臓の機能がうまく働かず、死に至ることもあります。



●予防のポイントを実践しましょう！



- ☑水分をこまめに取りましょう
- ☑エアコン・扇風機を上手に使用しましょう
- ☑服装は襟や袖を開けて涼しくしましょう
- ☑部屋の湿湿度を測りましょう
- ☑外出時には日傘や帽子を活用しましょう

(引用：環境省「熱中症～思いあたることはありませんか～」)

熱中症予防のための水分補給には、**経口補水液**が有効です。簡単に手作りすることが出来ます。市販もされているので活用しましょう。

経口補水液の作り方 (WHOの簡易レシピ)

下記の分量で水に砂糖と塩を加え、混ぜ合わせます。



レモンを加えても良いですね

担当：健康づくり支援班 電話：0225-94-6124

救急救命講習会を実施します

私たちは、いつどこで突然のけがや病気におそわれるか予測ができません。けがや急病人が出たとき、そのままにしておくと状態の悪化をまねき、生命の危険におちいることがあります。

そのようなとき、救急車は何分くらいで来てくれるのでしょうか。救急車が、119番通報を受けてから現場に到着するまでの全国平均は5～6分です。しかし、脳が酸素なしで生きていられる時間はわずか3～4分とされています。

救急車が到着するまで何もしなかった場合、仮に生命を救えたとしても元の状態に回復させることが困難になることもあります。

もしものときに備え、正しい応急手当が行えるよう救命救急講習を受けてみませんか。

講習内容：心肺蘇生法、

AEDの使用方法及び止血法

講師：石巻消防署職員

開催日時：9月5日(水) 午前9時～正午

開催場所：石巻合同庁舎

参加費：無料

申込締切：8月27日(月)

午後5時

申込先：企画総務班

電話 0225-95-1420

その他：本講習の受講者には「普通救命講習Ⅰ修了証」が交付されます。

なお、申込のない方は受講できません。



宮城県ゆずりあい駐車場利用制度が9月3日から始まります

「宮城県ゆずりあい駐車場利用制度」は、公共施設や商業施設などの障害者等用駐車区画について、対象者の方以外の不適正な利用の抑止を図るために、歩行が困難な障害者の方などに障害者等用駐車区画の利用証を宮城県が交付する制度です。

対象となる駐車区画を利用する際には、車内に利用証を掲示します。

●利用証の交付対象者

身体障害者や要介護認定を受けた方、妊産婦、けが人など（県が定める基準に該当する方）で歩行が困難な方。

●利用証を使用できる駐車区画

制度の実施について協力を申し出た公共施設や商業施設の障害者等用駐車区画で、対象区画であることを標示している場所です。幅広の「車いす使用者優先区画」と、通常幅の「ゆずりあい区画」の2種類があります。

●利用証の交付申請方法

- 郵送による申請→県庁（保健福祉部社会福祉課）で受付（8月1日受付開始）
- 持参による申請→県庁（保健福祉部社会福祉課）及び各保健福祉事務所（地域事務所）で受付（9月3日受付開始）

詳しくは、[県社会福祉課ホームページ](#)をご確認ください。（「宮城県ゆずりあい駐車場利用制度」で検索）

（担当：企画総務班 電話：0225-95-1420）



【利用証】

「飼い主のいない猫」の不妊去勢費用助成制度が開始されました。

平成30年度「飼い主のいない猫」の不妊・去勢手術費用の一部を助成する制度の受付が開始されました。

【対象】

- 宮城県内（仙台市を除く）に生息する飼い主のいない猫（飼い猫は対象外）



- 平成30年6月1日（金）から平成31年2月28日（木）までに手術を実施するもの。

【助成額】手術費用の半額

※助成額には上限があります。

上限：オス6,000円、メス12,000円

なお、助成を受ける場合にはいくつか条件があります。詳しくは、[宮城県獣医師会](#)にお問い合わせください。

（問合せ先：宮城県獣医師会

電話：022-297-1735 [平日午前9時～午後5時](#)）

ひとりで悩まずに こころの相談をしてみませんか

眠れない、気分が落ち込む、アルコールがやめられない、家族が引きこもっている…などでお悩みの方に、当所では「こころの相談」を行っています。まずは、当所保健師にご連絡ください。

※事前予約制です。

（担当：母子・障害班 電話：0225-95-1431）

内容	相談日	場所
精神保健福祉相談	8月8日(水)	県石巻合同庁舎
アルコール 関連問題相談	8月17日(金)	県石巻合同庁舎
思春期・青年期 ひきこもり相談	8月7日(火)	県石巻合同庁舎

問合せ先 **ご意見・ご感想をお寄せ下さい**

宮城県東部保健福祉事務所（石巻保健所）

復興支援情報発信チーム

HP：<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/et-hc/>

Tel:0225-95-1416(代表)

Fax:0225-94-8982