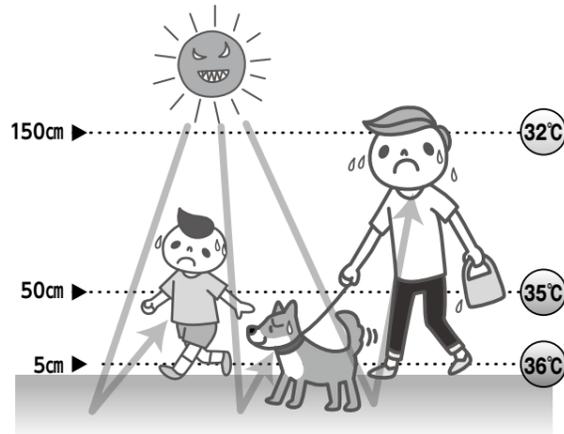


健康だより 子どももなるんだ!? 熱中症

子どもたちは、猛暑でも海に山、屋内施設で元気に遊びまわりますが、保護者のみなさまは子どもの熱中症対策をしていますか。

乳幼児は自宅と屋外で、児童は学校での運動中に、熱中症を多く発生しています。子どもも熱中症になりやすいことを忘れずに、日ごろから注意が必要です。



◎子どもの特徴と予防◎

体温調節が未熟なため大人より暑さに弱い。

自分で水分補給や休憩をとるなど対策がとれない。

背が低いため地面からの照り返しが強い。



顔色や汗のかき方を十分に観察する。顔が赤く、ひどく汗をかいている場合には、体温がかなり上昇しているかもしれません。水分補給や涼しい所で休むよう促しましょう。



いつも冷房の効いた部屋にいて汗をかかずにいると、暑さに弱くなります。本格的に暑くなる前から運動することが大切で暑さに強い体を作ります。



気温が高い時の長時間の外出は控えましょう。



こまめに水分をとる習慣をつける、涼しい洋服を着せ暑さに応じ脱ぎ着するように伝えるなど、大人の声かけも大切です。安全に楽しい夏休みを過ごすために意識しましょう。

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

医療法人 和み会

城間医院

西原中学校向かい
電話：(098) 945-4551

内科

生活習慣病、胃・大腸カメラ、肝臓病、特定健診、予防接種 など

心療内科・精神科

心の不調、うつ、睡眠障害 など

土・日も集団健診をいたします!

平日はなかなか行きづらいという方は、ぜひこの機会に受診をお願いします。

集団健診会場 西原町保健センター 受付時間 8:00~10:00

月 日	予約受付期間
8月19日(土)	8月18日(金)まで 予約先：福祉部健康支援課 ☎945-4791 (8:30-12:00、13:00-17:00)
10月1日(日)	9月11日(月)~9月12日(火)まで 予約先：沖縄県健康づくり財団 ☎889-6492 (8:30-16:00)
12月10日(日)	11月20日(月)~11月21日(火)まで 予約先：沖縄県健康づくり財団 ☎889-6492 (8:30-16:00)

特定健診



※送迎車両はありません。

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

● 保健カレンダー ●

	事業名	月日	曜日	対象者	受付時間	場所
子ども	乳児一般健診(午前)★	8月6日	日	生後9か月~生後10か月児	9:00~9:45	西原町役場保健センター
	乳児一般健診(午後)	8月6日	日	生後4か月~生後5か月児	13:00~13:45	
	3歳児健診	8月10日	木	3歳3か月~3歳5か月児	13:30~14:15	
	1歳半健診	8月17日	木	1歳7か月~1歳8か月児	13:30~14:15	
大人	集団健診(※要予約)	8月19日	土	全行政区の方が対象です	8:00~10:00	

★ 生後9ヶ月から11ヶ月ごろのお子さんに絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を同時に実施しています。(対象者には個別で通知しています)

不動産のことなら創業36年の南新物産におまかせください!



おかげさまで「売買仲介実績 1,300件突破!!」
不動産のことでしたら 何なりとお申し付け下さい
沖縄県知事免許(1)4669号

あなたのホームプランナー
株式会社南新物産



南風原本店
〒901-1104
南風原町字宮平641番地の7
☎(098)889-4007(代)
✉ hae@nanchan.co.jp

http://www.nanchan.co.jp 南新物産 検索