

保健師だより

熱中症に気をつけましょう!

熱中症は、夏の強い日射しの下で激しい運動や作業をする時だけでなく、身体が暑さに慣れない梅雨明けの時期にも起こります。また屋外だけでなく、高温多湿の室内で過ごしている時にもみられます。症状が深刻なときは命に関わることもありますが、正しい知識があれば予防することができます。熱中症を知り、自分でできる熱中症対策を心掛けましょう。



熱中症予防の3つのポイント

①のどが渴く前に水分を補給しましょう

汗には塩分が含まれています。大量の汗をかいたら、水分とともに塩分も取りましょう。ビールなどのアルコールを含む飲料は、かえって体内の水分を出してしまうため、水分の補給にはならず、逆に危険です。

②熱中症になりにくい環境づくり

節電中でも、扇風機・エアコンを使った温度調整、こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水などの室温が上がりにくい環境の確保を行いましょう。

③「おかしい!?」と思ったら病院へ

熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、だるさなどの症状から、ひどいときには意識を失い、命が危険になることもあります。「おかしい」と思ったら、涼しいところに避難し、医療機関に相談しましょう。

健康講座「転倒と脱水を予防しよう」のお知らせ

年齢を重ねた皆さんに気軽に参加できるように椅子に座りながらでもできるヨガとフィットネスを行います。

■日 時 第2回: 7月19日(土)(年6回シリーズ) 10:00~11:00
■開催場所 特別養護老人ホームたいへい苑



ほほえみ館1階「地域交流センター」

■講 師 トータルフィットネスインストラクター
大石 みゆき 先生

■参加費 無料

●問い合わせ先
サポートセンター「居宅介護支援事業所 わかば」
TEL 72-4550

裁判所職員採用試験のお知らせ

平成26年度裁判所職員採用一般職試験(高卒者試験)

■申込受付期間 7月15日(火)~24日(木)【7月24日消印有効】
■第1次試験日 9月14日(日)

■受験資格

平成26年4月1日において高等学校卒業後2年以内の方及び平成27年3月までに高等学校を卒業する見込みの方(平成26年4月1日において中学卒業後2年以上5年未満の方も受験可)

※受験案内及び受験申込書は5月23日(金)以降最寄りの裁判所で配布しています。

●問い合わせ先 福岡地方裁判所事務局人事課任用係
TEL 092-781-3141
最高裁ウェブサイト(<http://www.courts.go.jp/>)

「ふくおか省エネ・節電県民運動」実施中

電力需要の増加する夏場を迎え、福岡県では、今年度も「ふくおか省エネ・節電県民運動」を6月2日(月)~9月30日(火)まで実施し、県民・企業の省エネ・節電への取組みを支援します。

この運動は、この夏の省エネ・節電宣言を行った県民に対し、「宣言証」を贈呈し、協賛企業の店舗に宣言証を提示すると、割引などの特典が受けられるものです。

詳しくは、右記までお問い合わせください。

就職相談会のお知らせ

毎月1回、ハローワークによる就職相談会を開催しています。求人のある町内事業所による会社説明会も併せて行いますので、お気軽にご利用ください。

事業所についても随時募集していますので、ぜひお問い合わせください。

■開催日時 7月16日(水)13:30~15:30(13:15から受付)

■会 場 げんきの杜 研修室

■参加対象 求職者(在職含む)
※上毛町在住、または、上毛町で就職を希望される方
※後日送付するアンケートにご協力いただける方

■内 容

(1)出張ハローワーク

ハローワークの職員による個別就職相談です。

事前に相談内容を事務局にお知らせください。より具体的なアドバイスを受けることができます。(雇用保険受給関係、面接対策、応募書類指導など)

※上毛町や近隣市町の最新の求人情報チラシを準備しています。
ぜひお立ち寄りください。

(2)求職者に対する会社説明会

町内の企業や団体の採用担当の方から、会社概要や採用条件などについて、直接説明を受けることができます。参加事業所は、毎回異なりますので、事前にお問い合わせください。

■参加方法 参加無料・入退室自由

※事前に電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号をお知らせください。

●申し込み・問い合わせ先

上毛町ブランド創造協議会事務局(企画情報課内)
TEL 72-3111(内線122) FAX 72-4664



■申込期間 6月2日(月)~9月30日(火)

■申込方法

ふくおかエコライフ応援サイト(<http://www.ecofukuoka.jp/>)
や携帯電話、または福岡県が配付する宣言書によりお申し込みください。

●問い合わせ先

福岡県環境部環境保全課地球温暖化対策係
TEL 092-643-3356

児童の虫歯予防処置
「シーラント」のお知らせ

初めての永久歯(6才臼歯)を虫歯から守るために、虫歯になりやすい奥歯の溝を薄いプラスチックの膜で覆う「シーラント」を行います。希望される方はお申し込みください。

■日 時 8月2日(土)13:00~15:30

(1人につき10分程度 予約制)

※当日は歯みがきをしてください。

■場 所 げんきの杜 保健指導室

■対象者 6才臼歯が生えている小学1・2年生で、シーラントを4本完了していない児童

■費 用 無料

■締め切り 7月24日(木)

●申し込み・問い合わせ先
子ども未来課 町民健康係 TEL 72-3111(内線224)



風疹抗体検査について

生まれてくる赤ちゃんを先天性風疹症候群から守りましょう!

- 妊娠初期の女性が「風疹」にかかると、生まれてくる赤ちゃんが目、耳、心臓などに病気を持つ、先天性風疹症候群になることがあります。
- 「風疹」に対して十分な免疫があるかどうかは、抗体検査で確認できます。

県内の保健福祉環境事務所で妊娠希望者などを対象に、風疹抗体検査(無料)を実施します。(県内他地域での検査を希望される場合は、別途お問い合わせください)

■対象者

福岡県内に住民票がある原則20歳以上の方で過去に風疹抗体検査を受けたことがある方、または、風疹の予防接種歴が明らかである方、若しくは検査で確定診断を受けた風疹の既往歴がある方を除いた

- ①妊娠を希望する方
- ②妊娠の配偶者(パートナーを含む)(妊娠が、抗体検査で抗体価が低いことが確認されている場合、または抗体検査未実施の場合に限る)

■実施場所

福岡県京築保健福祉環境事務所(行橋市中央1丁目2-1)

■実施時期

7月8日(火)、22日(火)、8月12日(火)、26日(火)、9月9日(火)、30日(火)

■受付方法

電話による予約制(各回30名まで)
予約先: 福岡県京築保健福祉環境事務所 保健衛生課感染症係
TEL 0930-23-3935 平日8:30~17:00

■持参する物

住所及び年齢を証明する書類(運転免許証、住民票などのいずれか)

※上記対象者②の方は、別に母子健康手帳または妊娠届出書

●問い合わせ先

子ども未来課 町民健康係 TEL 72-3111(内線224)
福岡県京築保健福祉環境事務所 保健衛生課感染症係
TEL 0930-23-3935

台風などがくる前に…

初夏から秋にかけては、台風や前線の影響で、大雨、洪水、暴風による自然災害が発生しやすい季節です。

大雨などのときには、テレビ、ラジオなどにより最新の注意報、警報の発表状況や町からの防災情報(避難勧告、避難指示など)に注意を払い、いざという時のために、日頃から避難に必要なものを整理し、避難所の確認や避難の手順について話し合っておきましょう。

非常持ち出し品の一例

■食品・水 飲料水、乾パン・クラッカー、缶詰など

■救急・安全関係 ヘルメット、救急医薬品、常備薬など

■貴重品 現金、預金通帳、印鑑、免許証、健康保険証など

■日用品 筆記用具、ライター、ナイフ、缶切り、懐中電灯、携帯ラジオ、電池、ポリ袋など

■衣類など 衣類(下着・上着)、タオル、毛布、手袋など

■その他 洗面用具、メガネなど

7月は「社会を明るくする運動」月間です

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪の予防と罪を犯した人たちの更正について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

次代を担う青少年を非行から守り非行に陥った青少年の立ち直りを助けるため、地域に理解と協力の輪を広げましょう。

豊築地区では下記の日程で「第64回社会を明るくする運動推進大会」を開催しますので、多くの方の参加をお願いします。

■日 時 7月4日(金)9:30~

■会 場 築上町「文化会館コマーレ」

■内 容

- 講演 「再犯のない社会づくりを目指して」
講師 福岡市中央区保護司
(株)ヒューマンハーバー
代表取締役社長 副島 勲 様

行動目標
「犯罪や非行した人達の立ち直りを支えよう」
「犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう」
「これらの点について、地域社会の理解と協力の輪を広げよう」

- 問い合わせ先
総務課 総務係 TEL 72-3111(内線113)

福岡県町村会等職員採用試験のご案内

■試験日 第1次試験 9月21日(日)

第2次試験 10月下旬~11月上旬予定

■受付期間 7月28日(月)~8月15日(金)

■採用予定人数 行政事務(大学卒業程度) 2名程度

■受験資格 昭和63年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた者

■申し込み・問い合わせ先

福岡県町村会 総務課 TEL 092-651-1121

