

いたやだより No. 58

ようやく梅雨も明け、いよいよ夏本番になりました。
夏バテで、食欲がなくなる方もいますが、体調には十分気をつけて下さいね。

～熱中症の応急処置～

年々、熱中症になる方が急増しています。暑い環境で体調がおかしくなったら、まず熱中症を疑いましょう。
熱中症は、そのまま放置して重症化すると死に至ることもあり、油断できません。しかし、早期発見と適切な応急処置により救命できます。いざという時に慌てないで行動できるように、基本的な予防のポイントをおさえておきましょう！

分類	症状	処置
I度	めまい こむら返り 手足のしびれ	涼しい場所で横になる 衣服をゆるめ足を高くして寝かせる 身体を冷やし、水分と塩分を補給
II度	頭痛 吐き気 虚脱感	I度の対処を 自分で水分がとれない時は病院へ
III度	意識障害 けいれん	すぐに救急車を呼ぶ ⇒救急車が来るまでI度の対処を

6月より特定健診が始まっています。
ご自宅に受診券が届いている方は、ぜひ健診を受けましょう。
当院は、月～金曜日、土曜日午前で健診を受け付けております。
受診券、健康保険証をご持参下さい。
予約などは、必要ありません。



～いたや職員だより～

7/16に毎年恒例行事のバーベキューをつちやまぶどう園にて行いました。天候にも恵まれ、おいしいお肉&お酒で夜遅くまで盛り上がりました。