

組合員数 1480 人
機関紙配布
協力者 48 人

はらや

発行 医療生協さいたま
秩父生協病院地区
はらや支部運営委員会
山中 Tel 24-6430

熱中症対策

暑中お見舞い申し上げます。
梅雨も明け真夏の強い日差しが続く今日、蒸し暑い日が続く体調にも影響してきます。厳しい暑さで熱中症になる人が多いですね。また、気象状況も前線の影響で各地に風水害の被害が多いです。いつ起きるかわかりませんので、一度家の廻りや避難場所を確認してみてください、体調管理をしっかりとって厳しい夏を過ごしていきましょう。

支部長 山中敬夫

① 厚くなる日は要注意とし、28度を超えたら野外だけでなく屋内でも冷房を使用する。

② 水分はこまめに補給

③ 「おかしい？」と思ったら病院へ

④ 周りの人にも気配りを

⑤ 高齢者は上手にエアコンを

お近くの医療機関がわからないときは

埼玉県救急医療情報センター 048-824-4199

毎日対応しています。ただし歯科、

口腔外科、精神科は除きます。

こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

- 軽 めまい・立ちくらみ・筋肉痛・手足がしびれる
汗が止まらない・気分が悪い・ボーっとする
- 中 頭痛・吐き気・体がだるい・意識が何となくおかしい
- 重 意識がない・痙攣・体が熱い・まっすぐに歩けない
呼びかけに対し返事がおかしい

支部行事予定

● グラウンドゴルフ

8月は休みとします
※9月は予定どおり ただしグラウンドの取れない場合は前もって連絡します

● 「健康と平和」の

仕分け作業

8月1日(火)
13時30分から
秩父生協病院にて

● 運営委員会

8月5日(土)
13時30分から支部長宅

※訪問行動を

予定しています

宮崎・大野原地区
よろしくお願ひします

