



熱中症にご注意を!

～熱中症を予防して、元気に夏を過ごしましょう～



☎西蒲消防署地域防災課 (☎0256-72-3309)
健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

熱中症とは

熱中症は、暑さによって大量に汗が出て、周囲の環境に合わせた体温の調節ができなくなることで起きるさまざまな症状です。

熱中症が重症化すると**死亡することもあります**。屋外での運動中に起こる症状だと思われがちですが、**屋内で何もしていなくても発症するので注意が必要です**。

◆過去3年間の新潟市内における熱中症救急搬送件数

	6月	7月	8月
平成29年	16 (1)	113 (6)	66 (7)
平成30年	26 (5)	262 (11)	107 (9)
令和元年	19 (2)	100 (6)	217 (18)

※カッコ内は西蒲区の救急搬送件数

熱中症予防のために

暑さを避ける!

<対策例>

- ・扇風機やエアコンで温度調整
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・日傘や帽子を着用、日陰の利用
- ・日中の外出をできるだけ控える
- ・涼しい服装を着用

こまめに水分補給!

<対策例>

- ・のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給
- ・経口補水液 (水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの) などを補給
- ・寝る前の水分補給

救急車を呼ぶときは

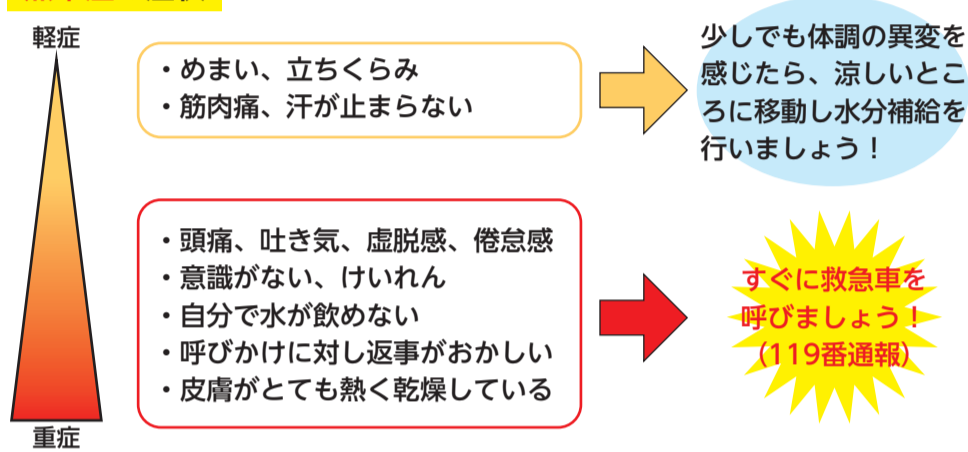
救急は、その場からすぐに119番通報!

「119番通報」が、迅速・確実に消防車・救急車が到着する手段です

【市民の皆さんに注意してもらいたいこと】

- ・119番通報ではなく消防署へ直接電話をかけると、職員が通報を聞き取った後に指令管制センターへ通報するため、**出動までに時間がかかります**。
- ・119番通報せずに消防署へ直接向かうと、**救急隊員が出動中の場合があります**。

熱中症の症状



高齢者と乳幼児の皆さんは特に熱中症に注意しましょう!



ミュージックセラピー(音楽療法)のご案内

ミュージックセラピー(音楽療法)を知っていますか。音楽の知識や技能などさまざまな専門的知識を使って一人ひとりの状態に合わせた音や音楽で、心や身体に良い変化を及ぼすことが期待されるというものです。

今年度西蒲区では、特色ある区づくり事業の一環でミュージックセラピーを実施します。見学だけでも大歓迎です。ぜひ参加してください。

☎毎月第3火曜 午後4時半～5時半

※初回は7月21日の予定ですが、新型コロナウイルス感染拡大予防のため開催を延期する場合があります。マスクの着用をお願いします

☎巻地区公民館 3階 小ホール

☎歌唱、楽器演奏、軽度身体活動

☎講師 後藤ナガ子さん(日本音楽療法学会認定音楽療法士)、ほか

☎発達を伸ばしたい就学前児、小学生と保護者(祖父母の方でも構いません)

☎電話で健康福祉課児童福祉係 (☎0256-72-8389) へ



▼子どものミュージックセラピー(音楽療法)の効果

子どもに対しては以下のような効果が期待されています。

- ♥身体機能の維持向上
- ♥情緒の安定
- ♥個性や長所を引き出す
- ♥自信をもって自分らしく生きる
- ♥生活の質の向上

このほか…

- ・多動や集中力が短い子どものソーシャルスキルトレーニング
- ・自己表現やコミュニケーションが苦手な子どもの困難の改善
- ・ストレスを感じやすい子どもの心理的安定
- ・日常的にやる気が起きない子どもの思考や行動の変容
- ・認知機能の向上

地域コミュニティ活動活性化支援事業

まちのお宝ガイド養成講座

潟東歴史民俗資料館と樋口記念美術館の成り立ちや所蔵品などを通して、潟東地域の文化や歴史を学び、地域の魅力について理解を深めましょう。ふるさとの活性化を図るため、地域のお宝をガイドする人材育成講座を開催します。

☎7月21日・28日(いずれも火曜)午後1時半～3時

☎潟東樋口記念美術館受付棟、ほか

☎第1回(7月21日開催)

- ・潟東の歴史、潟東歴史民俗資料館の設立の経緯や所蔵品などについて

第2回(7月28日開催)

- ・潟東樋口記念美術館の設立の経緯や所蔵品などについて

☎講師 中島榮一さん(潟東樋口記念美術館館長)

☎先着10人 ※原則2回参加としますが、いずれか1回のみ参加も可能です

☎7月15日(水)までに直接または電話で潟東地区公民館(潟東ゆう学館内)

(☎0256-86-2311)へ

区役所で花きの装飾展示を行っています

新潟市はチューリップをはじめ多種多様な花が生産されている花の一大生産地です。新型コロナウイルス感染症の影響により、全国的に花の消費が大きく低迷しています。

市では、市内産の花の消費拡大を図るため、区役所などで花きの装飾展示を実施しています。西蒲区役所でも1階ロビーで、美しい花の装飾を展示中です。来庁の際は美しい花を楽しんでください。



母子保健だより ☎健康福祉課健康増進係 ☎0256-72-8372

【1歳誕生歯科健診について】

7月から健診を再開していますが、新型コロナウイルス感染防止のために中止になった人から順次再案内を送付しています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、事業実施が困難となった場合には、ホームページなどでお知らせします。

《広告欄》西蒲区役所ホームページに掲載するバナー広告を募集中! ☎地域総務課(☎0256-72-8179)