

Population 人のうごき (福智町の人口)

- 人口 23,697人
前月比-35人
前年比-361人
- 男性 ↑11,259人
- 女性 ↓12,438人
- 転入 43人・転出 60人
- 出生 16人・死亡 34人
- 世帯 11,162世帯
前月比-4世帯
前年比-51世帯
- ※平成28年5月末現在(住民基本台帳人口)

お亡くなりになったみなさんのご冥福を、心よりお祈り申し上げます。福智町長・福智町議会議長
— 弔電はひかえさせていただきます —

Tax おさめて安心 (税の納期限)

- 固定資産税 [2期] 8月1日 〇が納期限です
- 国保税 [1期] が納期限です

Event テクホー net (近隣の催し)

【田川市】「田川市市民プール」で元気に泳ごう！
7月9日 日～8月31日 日 9時30分～18時 (田川市市民プール)
流水プールなどの楽しい仕掛けがたくさんあり大人気。料金は小学生以下(3歳以上)300円、中・高校生400円、大人(18歳以上)500円です。※団体、回数券割引あり
〇 田川市市民プール ☎44-7654(期間中のみ)

【嘉麻市】第12回嘉麻山の画家たち展
7月2日 日～7月31日 日 (織田廣喜美術館)
入館料：一般310円、高大生210円、小中学生100円

RE KAHANZAN NO GAKATACHI TEN
現代して再びはじまる
第12回嘉麻山の画家たち展
2018
7.2sat - 7.31sun
オダビに創設美術館が建てた？

←石炭産業で栄華を誇った筑豊は、多くの洋画家を輩出しました。現在、嘉麻山地区を拠点として活躍する作家の個性あふれる作品をお楽しみください。

〇 織田廣喜美術館 ☎0948-62-5173

Medical health

保健の掲示板

7月16日から8月15日までの保健事業日程

- 8月3日 ⑧【1歳6か月児健診】
1歳6か月～1歳7か月児を対象(個人通知します)
[会場] コスモス保健センター [受付] 13:00～14:00
 - 8月5日 ⑨【健康相談】
健診結果や介護など相談希望者を対象
[会場] コスモス保健センター [受付] 13:30～15:30
 - 8月10日 ⑩【4～5か月児健診】
4～5か月児を対象(個人通知します)
[会場] コスモス保健センター [受付] 13:00～14:00
 - 8月10日 ⑪【乳幼児相談】
2か月児、身体計測や育児相談などの希望者を対象
[会場] コスモス保健センター [受付] 14:30～15:00
- ※金田・方城地区での健康相談をご希望の場合は、コスモス保健センターにお問い合わせください。各保健センターなどで、ご希望に応じた予約制の健康相談を実施いたします。
- ⑫ コスモス保健センター ☎28-9500

Infection cautions

マダニの被害にご注意ください!

重症熱性血小板減少症候群(SFTS)の感染源

マダニが媒介するウイルス感染症「重症熱性血小板減少症候群(SFTS)」の主な症状は発熱や吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などで、最悪の場合は死に至ることもあります。

ワクチンはなく、マダニによる感染症を予防するには、かまれないようにするしかありません。梅雨時期から冬に入るまでの間、マダニの活動が盛んな時期になっていますので、草むらや藪などに入る場合は十分に注意しましょう。

check! 知っておきたい、マダニ対策。

藪などに入る場合には…
長袖・長ズボン、足を完全に覆う靴を着用し、肌の露出を抑えましょう。また、帰宅後すぐに服を着替え、目の届きにくい頭部や耳の後ろもかまれないかチェックしましょう。

マダニにかまれたら…
マダニは長時間(数日から、長いもので10日間)吸血し、無理に引き抜こうとするとカラダの一部が皮膚内に残ってしまうことがあります。吸血中のマダニに気付いたら、必ず医療機関を受診してください。

←帽子や軍手、タオルを首に巻くなど、マダニが肌に直接触れないような対策を取ることがオススメです。

⑬ コスモス保健センター ☎28-9500

☀ 熱中症って…?

>> 高温多湿な環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節が上手くできないことで、体内に熱がこもった状態。

●熱中症になるとどうなるの?

>> まず、めまいや立ちくらみ、筋肉痛や汗が止まらないといった症状が出てきます。悪化すると、頭痛や吐き気、体のだるさを感じるようになります。重症になると、返事がおかしい、まっすぐ歩けない、意識を失う、けいれんを起こすといった症状が現れます。

🔍 熱中症はなぜ起こるの?

>> 熱中症を引き起こす要因は、大きく分けて3つ。これらの要因が組み合わさることで、危険が高まります。

① 環境	② からだ	③ 行動
<ul style="list-style-type: none"> 気温が高い 湿度が高い 風が弱い 閉め切った屋内 急に暑くなった日 	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者 乳幼児 肥満傾向の人 栄養不足の人 体調がよくない人 	<ul style="list-style-type: none"> 激しい運動や、慣れない運動 長時間の屋外の作業 水分補給できない状況

💧 どうやって予防すればいいの?

- まめに水分補給をしましょう。
- >> のどの渇きを感じなくても水分をとるようにしましょう。たくさん汗をかいた時は、塩分補給もするようにしましょう。
- 涼しい服装を心がけましょう
- 部屋の温度は28度を目安にしましょう
- 普段から暑さに備えた体力づくりをしましょう
- 暑いときは無理をしないようにしましょう
- 暑さ指数(熱中症予防のための指数)を活用しましょう

>> 暑さ指数とは、熱中症予防のための指数です。暑さ指数は人体と外気との“熱のやりとり”に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度②日射(直射)など周辺の熱環境③気温の3つを取り入れた指標です。暑さ指数が28℃(厳重警戒)を超えると熱中症患者が著しく増加します。暑さの目安として暑さ指数を確認し、指数が高い日は特に注意しましょう。

温度基準	注意事項	
危険(31℃～)	運動は原則禁止	高齢者は安静時でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避ける。
厳重警戒(28～31℃未満)	激しい運動は中止	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒(25～28℃未満)	積極的に休憩	外運動や激しい作業をする際は、定期的に十分に休息を取り入れる。
注意(21～25℃未満)	積極的に水分補給	一般的に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時に発生する危険性も。
21℃未満	適宜水分補給	

▶ 環境省熱中症予防情報サイト <http://www.wbgt.env.go.jp/> 検索

防ごう! 熱中症

保健師だよりNo.100 >> 熱中症

熱中症の発生は、7～8月がピーク。室内や夜間に起きることもあり、油断禁物です。熱中症はちょっとした心がけで防ぐことができます。予防のポイントをしっかりチェックして、快適な夏を過ごしましょう!

問 コスモス保健センター ☎28-9500



暑さ指数の実況と予測をチェックしてみましょう!