

あんま・はり・きゅう施術費の助成について

町では、南関町国民健康保険および後期高齢者医療の保健事業として、「あんま・はり・きゅう受療券」を交付しています。利用対象者は、南関町国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者のみです。1枚につき800円の助成があります。必要な人は被保険者証と認め印鑑をお持ちになり、福祉課へ申請してください。

なお、施術所は玉名郡市および山鹿市で、玉名郡市は下記施術所でのみ使用できます。山鹿市についてはお問い合わせください。

玉名郡市指定施術所一覧

| 南関町 | 玉名市 |
|---|--|
| 益永鍼灸院(関町) 細貝鍼灸院(下坂下) くぎざき指圧(上長田) あらぎ治療院(長山) 上田鍼灸院(関東) 前川鍼灸治療院(久重) 田浦鍼灸(上坂下) | 富永マッサージ療院(立願寺) はり・きゅう丸山漢方堂(両迫間) ど・れ・み鍼院(高瀬) あんま・あいうえお島川(繁根木) 米田鍼灸マッサージ療院(亀甲) 中山鍼灸治療所(伊倉北方) 命門堂鍼灸院(繁根木) 田辺治療院(両迫間) うめむらマッサージ(立願寺) 田中鍼灸療院(横島) |
| 和水町 | |
| 清診堂中山鍼灸治療院(江田) 石原治療院(原口) 田代鍼灸治療院(岩) | |
| 長洲町 | |
| 村上東邦鍼灸院(腹赤新町) | |
| 玉東町 | |
| 小山鍼灸院(西安寺) | |

問 福祉課 国民健康保険係 ☎57-8503

私たちの生活と地球温暖化

第4回 危ないぞ! 「熱中症」冷房や扇風機を上手に使おう

いよいよ本格的な夏が始まる7月。怖いのは熱中症です。気温と湿度が高いときに起きやすいので、天気予報に注意して、作業や服装を考えましょう。

顔がほてる。めまいや立ちくらみがする。ふいてもふいても汗が出る。手足の筋肉がつる。だるくて力が入らない。吐き気や嘔吐、頭痛がする。これらの症状が出たら要注意。すぐに休んで体を冷やし、水分や塩分を取りましょう。



熱中症を発症する場所は家の中が一番多く、死亡者数が多いのは65歳以上の高齢者です。

冷房に加え、扇風機を上手に使い、少ない電気代で涼しく過ごし、熱中症を予防しましょう。

総務省によると、2019年5月から9月の全国における熱中症による救急搬送人数の累計は71,317人でした。

熊本県地球温暖化防止活動推進センター(NPO法人くまもと温暖化対策センター) ☎096-273-9034

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ1,000万円
(1等1千万円)
 この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
7月14日(火)2種類同時発売! 発売期間 7/14(火)~8/14(金)
 抽せん日 8/21(金)
 公益財団法人熊本県市町村振興協会 各1枚 300円

夏の農作業で心がけること



1. 日中の気温の高い時間帯を外して作業を行いましょう

☀ 特に70歳以上の方は、のどの渇きや気温の上昇を感じづらくなるので、高温時の作業は極力避けましょう

2. 作業前・作業中の水分補給、こまめな休憩をとりましょう

☀ のどが乾いていなくても20分おきに休憩し、毎回コップ1~2杯以上を目安に水分補給しましょう

☀ 足がつったり、筋肉がピクピクする症状がみられたら、0.1~0.2%程度の食塩水(1Lの水に1~2gの食塩)、スポーツ飲料、塩分補給用タブレットを摂取しましょう

※市販品を摂取する際は、必ず成分表示をチェックし、適切な量を摂取してください。

☀ 休憩時は、日陰等の涼しい場所で休憩し、作業着を脱ぎ、手足を露出して体温を下げましょう



3. 熱中症予防グッズを活用しましょう

☀ 屋外では帽子、吸汗速乾性素材の衣服、屋内では送風機やスポットクーラーなどを活用しましょう

4. 単独作業を避けましょう

☀ 作業は2人以上で行うか、時間を決めて水分・塩分補給の声かけを行うなど、定期的に異常がないか確認し合うようにしましょう

5. 高温多湿の環境を避けましょう

☀ 暑さ指数(WBGT)計、温度計、湿度計で、作業環境を確認しましょう。

☀ 作業場所には、日よけを設ける等できるだけ日陰で作業をするようにしましょう

☀ 特にビニールハウス等の施設内は風通しが悪く、早い時期、早い時間から暑さ指数(WBGT)が高くなるため、風通しを良くしたり断熱材を活用しましょう