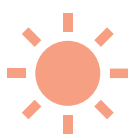


お元気ですか

●医師会だより No.302 2025.6月号

みんなでよりそい すこやか いわて

暑い季節が
やってきました



熱中症に注意しましょう!



↓ こんな症状のときは ↓

首の周り・脇の下・
太もものつけねなど
太い血管の
部分を冷やす

飲める
ようであれば
水分を
こまめに
とらせる

※エアコンをつけることをためらわないことも大切です!

! 応急処置は...

涼しい場所や日陰のある場
所に移動し、衣類を緩めて安
静に寝かせます。エアコンを
つけたり、うちわであおいだ
りして、体を冷やします。

病院に行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったら相談!

家の中で熱中症!? 高齢者は特に注意!

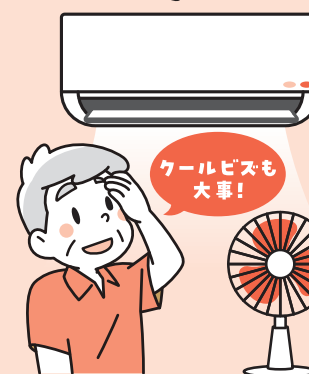
令和6年の熱中症による救急搬送の内訳は、
高齢者が最も多く(57.4%)、発生場所で最も多いのは
住居内(38%)でした※。乳幼児や肥満の方、糖尿病など
基礎疾患がある方も注意が必要です。

※ 総務省消防庁: 令和6年熱中症による救急搬送状況



熱中症予防は 水分補給と暑さ対策!

エアコンや扇風機を上手に使いましょう。
すだれやカーテンで直射日光をさえぎり、
熱気がこもらないように換気もこまめにしましょう。
また、こまめな水分・塩分補給も心がけましょう。



午後11時以降も
対応!

こども夜間ケアダイヤル

受付時間/午後11時~翌朝8時
電話番号はどちらの時間帯も同じです

ご要望は何なりとご遠慮なくお寄せください
岩手県医師会
「お元気ですか」次回の掲載は7/30(水)です。



〒020-8584 盛岡市菜園2丁目8-20
TEL.019-651-1455 FAX.019-654-3589

協賛 岩手県医師信用組合・岩手県予防医学協会・
JA岩手県厚生連



救急医療電話相談

#7119 24時間・365日
IP電話: 019-656-1774



こども救急相談電話 ☎ 019-605-9000

受付時間/午後7時~午後11時 または ☎ #8000
※PHS・ダイヤル回線・IP電話の方は上記の番号をご利用ください。