

ココに注目!

●たかさご

黒田 慧史
矢野麻衣子

●うぶごえ

松根 椿紗 (洋和 恵子) 内子4
山崎 美怜 (大介 綾子) 内子19第1
森岡 柊人 (正樹 久美子) 内子22
樽古美心菜 (賢三 久美子) 田中
山崎 梨香 (清次 久美) 富中
林田 悠生 (雅弘 裕美) 妙見町
岡田 哉汰 (隆利 真弓) 古田
宮岡 愛理 (志学 直美) 東沖
土居 時詩 (純一 道代) 福岡
米澤 零 (卓 淳子) 船戸

●おくやみ

西森アイ子 (72) 内子8
松田カツ子 (87) 内子9
森岡 勇 (100) 内子20
泉 昌子 (91) 松尾
森長 都 (88) 富中
福田タマコ (93) 村前
森本サワ子 (87) 乙成
梅原 政勝 (88) 熊ノ滝
竹本ヨシコ (102) 路木
宮本ナカヨ (89) 河内5
松本 晴雄 (89) 平野
藤岡 久三 (84) 西沖
藤本 健次 (66) 柿原
久保マツミ (89) 駄場
丸岡 慶常 (81) 下重松
寺井 光利 (85) 中川西
林 公雄 (65) 立石
安部ヨシミ (107) 小田下

●まごころ銀行

次の皆様から寄付をいただきました。心からお礼申し上げます。
内子町社会福祉協議会
○金一封
幸山 哲雄 様 (内子7)
寺岡 孝博 様 (内子7)
大森 太郎 様 (内子9)
日野 文康 様 (内子18第2)
泉 政文 様 (松尾)
森長 照博 様 (富中)
宮岡 義明 様 (鶴川)
竹本テツ子 様 (路木)
中本 礼子 様 (大久喜)
増田 勝廣 様 (西沖)
泉谷 高行 様 (西沖)
久保 隆義 様 (駄場)
米田恵美子 様 (中通り)
坂本喜代知 様 (恩地)
奥嶋 亀 様 (小田上)
大森 定一 様 (臼杵中)
○砂場ネット一式
株式会社藤岡製作所 様

●まちな人口

24年6月1日現在
()内は前月比

人口
18,459人 (△9)
男性
8,772人(+1)
女性
9,687人(△10)
世帯数
7,329戸 (+4)

8月の相談日・救急当番医

●社会保険1日相談

日時：14(火)・22(水)の午前10時～午後3時30分
場所：内子町商工会
問い合わせ：住民課 ☎0893(44)6152

●行政相談

日時：7(火)の午前9時30分～正午
場所：町民会館/内子分庁/林業センター
問い合わせ：総務課 ☎0893(44)6151

●心配ごと相談

日時：7日(火)の午前9時30分～正午
場所：内子分庁
問い合わせ：内子町社会福祉協議会 ☎0893(44)3820

●消費生活相談

期日：毎週水曜日・金曜日の午前9時～午後5時
場所：内子町役場
問い合わせ：相談専用電話 ☎0893(44)5026

●小児在宅当番医

| 日 | 医院名 | 電話番号 |
|-------|------------|--------------|
| 5(日) | 亀井小児科 | 0893(24)3757 |
| 12(日) | 八幡浜急患センター | 0894(24)1199 |
| 19(日) | おおむら小児科 | 0893(44)7117 |
| 26(日) | 大洲ななほクリニック | 0893(25)7710 |

※変更になる場合がありますので、役場までご確認ください。

●大洲喜多休日夜間急患センター

| 診療科目 | 診療時間 | 電話番号 |
|------|---|--------------|
| 内科 | ○平日・土曜日： 午後8時～11時 ○日曜日・祝日： 午前9時～午後6時 | 0893(23)1156 |

●救急病院

| 日 | 病院名 | 電話番号 |
|-------|-------------------------------|------------------------------|
| 月・火 | 市立大洲病院 | 0893(24)2151 |
| 水 | 加戸病院 | 0893(44)5500 |
| 木 | 日中：神南診療所(大洲市) 夜間：市立八幡浜総合病院 | 0893(25)7720 0894(22)3211 |
| 金・土・日 | 大洲中央病院 | 0893(24)4551 |

●熱中症を防ごう

●熱中症の発生は7～8月がピーク

熱中症は、たくさん汗をかいて体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節がうまく働かず体の中に熱がたまったりすることが原因で起こります。激しい運動や労働を行う場合だけでなく、室内にいるときも注意が必要です。

●熱中症が疑われる人を見かけたら

熱中症になると大量の発汗、筋肉痛、倦怠感、吐き気などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。特に子どもや高齢者は注意が必要です。暑さの感じ方は人によって異なります。周りが気を付けて合せて、熱中症を予防しましょう。

熱中症が疑われる人を見かけたら、涼しい場所に避難させて体を冷やし、水分や塩分を補給してください。意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう。

●8月の健康カレンダー

●成人保健

特定健診、後期高齢者検診、がん検診の日曜日健診

| 日 | 受付時間 | 場所 |
|-------|---------|----------|
| 19(日) | 午前8時30分 | 内子保健センター |
| 26(日) | ～10時30分 | 小田保健センター |

●対象者/料金

- 内子町国民健康保険特定健診
40～74歳の国保加入者/1,000円
- 後期高齢者健診
75歳以上の人または65歳以上の障害者/無料
- 肝炎ウイルス検診 40歳以上の人/800円
- 肺がん検診
40歳以上の人/700円(喀痰800円、70歳以上は無料)
- 前立腺がん検診 50歳以上の男性/1,000円
- 胃がん検診
40歳以上の人/1,200円(70歳以上は無料)
- 大腸がん検診
40歳以上の人/500円(70歳以上および23年度中に40、45、50、55、60歳になった人は無料)

●乳がん検診(超音波検査)

| 日 | 受付時間 | 場所 |
|-------|------------------------|----------|
| 20(月) | 午前9時～11時30分 午後1時～3時 | 内子保健センター |

対象者/料金 39歳以下の人/2,200円

※超音波検査は乳腺とがんの区別がやすく、乳腺密度の高い若年齢者に有効な検査です。痛みはありません。

●こんな日は要注意

- 気温が高い日や日差しが強い
- 湿度が高く汗をかいても蒸発しない
- 風が弱く熱が逃げない

●熱中症の予防法

- ①水分・塩分を補給する
 - のどの渇きを感じなくても小まめに補給する。
- ②暑さを避ける
 - 遮光カーテン、すだれ、打ち水などで室温が上昇しにくい環境をつくり、エアコンなどの節電は無理のない範囲で行う。
- ③外出時の対策
 - 日傘や帽子を利用し、日陰で小まめに休憩を取る。体調が悪いときなどは、できるだけ昼間の外出を控える。

●母子保健

育児相談

| 日 | 時間 | 場所 | 対象 |
|------|----------------|-----------|-----|
| 2(木) | 午前9時30分～10時30分 | 五十崎保健センター | 乳幼児 |
| 7(火) | | 内子保健センター | |
| 8(水) | | 小田保健センター | |

●1歳6カ月児健康診査

| 日 | 受付時間 | 場所 | 対象 |
|------|------------|----------|-----------------|
| 3(金) | 午後1時～1時15分 | 内子保健センター | 22年12月・23年1月生まれ |

●3歳児健康診査

| 日 | 受付時間 | 場所 | 対象 |
|------|------------|----------|------------|
| 1(水) | 午後1時～1時15分 | 内子保健センター | 21年6・7月生まれ |

●Comeかむ教室

| 日 | 受付時間 | 場所 | 対象 |
|-------|---------------|----------|------------|
| 22(水) | 午前9時15分～9時30分 | 内子保健センター | 23年6・7月生まれ |
| 30(木) | | | |

※実施日の1週間前までに申し込みください。

●【問い合わせ】

地域医療・健康増進センター(保健センター)
☎0893(44)6155