

これから夏に向けて、気温が上がり暑くなる日が多くなると、熱中症による被害が増えてくること予想されます。

熱中症を予防するにはどうすればいいか、かかってしまった場合にはどう対処したらいいか、熱中症は命に関わる場合もありますので、その危険性を認識しておくことが大切です。

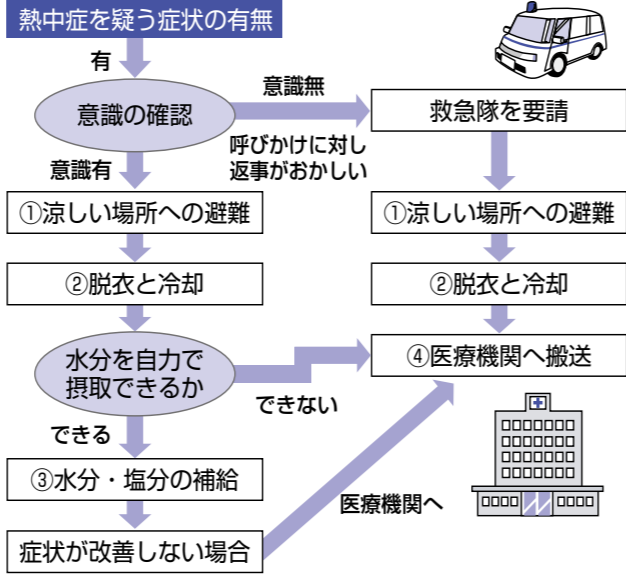
熱中症ってなに?

主に暑い環境下で発生する、いろいろな体の不調です。熱中症はいくつかの症状が重なり合い、互いに関連しあって起きます。また、極めて短時間で急速に重症になることもあります。

熱中症の分類と症状

分類	症状
I 度 (軽症)	めまい・失神 「立ちくらみ」という状態です。顔面蒼白となり、脈拍が速く弱い状態になります。 筋肉痛・筋肉の硬直 筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。発汗に伴う塩分の欠乏により生じます。 大量の発汗
II 度 (中等症)	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 体がぐったりする、力が入らないなどの状態です。
III 度 (重症)	意識障害・痙攣・手足の運動障害 呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある、まっすぐ走れない・歩けないなどの状態です。 高体温 体に触ると熱いという感触です。

熱中症だと思ったら...



①涼しい場所への避難
風通しのよい日陰や、冷房が効いている室内などに避難させましょう。

②脱衣と冷却

衣服を脱がせて、体から熱の放散を助けます。氷のうや冷たいタオルなどを首、脇の下、股関節に当てて、皮膚の下を流れている血液を冷やしましょう。

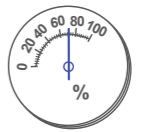
③水分・塩分の補給

自分で飲めるようなら、冷たい水やスポーツドリンクなどで水分を補給させましょう。食塩水(1ℓの水に1〜2gの食塩も有効です)。

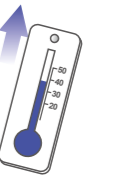
④医療機関へ搬送

自力で水分の摂取ができないときは、緊急で医療機関に搬送することが最優先の対処方法です。

こんな日は要注意!!



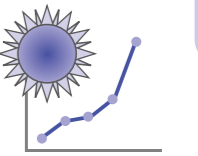
湿度が高い



気温が高い



風が弱い



急に暑くなった

熱中症を防ぐポイント!

- ①暑さを避けましょう
 - ・日陰を選んで歩く。
 - ・日傘をさす。
 - ・帽子をかぶる。
 - ・部屋の風通しを良くする。
 - ・カーテンなどで直射日光を防ぐ。
- ②服装を工夫しましょう
 - ・太陽の下では、熱を吸収し、熱くなりやすい黒色系の衣服は避ける。
 - ・吸水性に優れた素材のものを着る。
- ③こまめに水分を補給しましょう
 - ・スポーツドリンクなどで水分と塩分を補給する(アルコール類での水分補給は、尿の量を増やし、体内の水分を排出してしまうため逆効果!)
 - ・のどが渇く前か暑いところに出る前に水分を補給する。
- ④急に暑くなる日に注意しましょう
 - ・人間の体は、暑い環境での運動や作業を始めて3〜4日経たないと、体温調節が上手にできません。

高齢者の注意

- ・のどが渇かなくても水分補給
高齢になると、のどの渇きを感じにくくなります。日頃から意識して、水分を早めに補給しましょう。
- ・部屋の温度をこまめに測る
温度に対する感覚が弱くなるため、室内でも熱中症になることがあります。部屋に温度計を置き、部屋の温度をこまめにチェックしましょう。
- ・子どもをしっかりと観察
顔が赤く、ひどく汗をかいている場合は、涼しい場所で休息を与えましょう。
- ・こまめに水分補給
お茶や水、幼児用イオン飲料などで水分・塩分をこまめに補給しましょう。
- ★晴れた日には、地面に近いほど気温が高くなるため、幼児は大人以上に暑い環境にいることになり、注意が必要です!



幼児の注意

- ・子どもをしっかりと観察
顔が赤く、ひどく汗をかいている場合は、涼しい場所で休息を与えましょう。
- ・こまめに水分補給
お茶や水、幼児用イオン飲料などで水分・塩分をこまめに補給しましょう。



不在者投票の投函忘れに対するお詫び

この度、7月11日執行の第22回参議院議員通常選挙投票事務にあたり、不在者投票について不適切な事務処理がありました。その内容は、第2投票区投票所において、当該投票区の投票箱に投函すべきであった不在者投票、選挙区8票、比例代表8票を投函しないまま投票箱を閉鎖したため、その投票が無効となったものです。不在者投票をされた8名の方々の尊い一票が無効となりましたことや、町民の皆様にご迷惑をおかけしましたことを、心より深くお詫び申し上げます。また、選挙事務に対する信頼を著しく失墜させる事態となりましたことを深く反省しております。

町選挙管理委員会といたしましては、この事態の重大さを深く受け止め、今後、このようなことを二度と起こさないよう、選挙事務のチェック体制を強化するほか、投票事務従事者の事務分担について複数の担当者をもって処理するなど、対策を早急に検討し、全職員が一丸となって再発防止と信頼回復に努めてまいりますので、町民の皆様のご理解を賜りたいと存じます。

なお、町選挙管理委員会書記長をはじめ、関係職員9名を訓戒処分とし、私も自ら委員長職を辞して深くお詫び申し上げます。

南越前町選挙管理委員会委員長 齋藤 公道

第22回 参議院議員通常選挙結果

7月11日(日)、第22回参議院議員通常選挙の投票が行われました。当町でも町内16カ所の投票所で投票が行われ、即日開票されました。当町の投票結果は次のとおりです。

- 有権者数 9,803人
- 選挙区(届出順、敬称略)

候補者名	党派の名称	得票数
いのべ航太	民主党	2,611票
山田かずお	日本共産党	287票
山崎 正昭	自由民主党	4,226票

- 投票者数 7,268人
- 投票率 74.14%
- 有効投票 7,124票 ●無効投票 142票
- 持ち帰り その他 2票

比例代表(届出順、名簿登載者の各得票数は省略)

政党等の名称	得票総数	政党等の名称	得票総数
幸福実現党	25票	社会民主党	207票
みんなの党	466票	たちあがれ日本	51票
民主党	2,073票	日本創新党	11票
女性党	52票	国民新党	142票
自由民主党	3,132票	公明党	577票
新党改革	110票	日本共産党	159票

※小数点以下は省略

- 投票者数 7,267人
- 投票率 74.13%
- 有効投票 7,007票 ●無効投票 260票
- 持ち帰り その他 0票

※小数点以下省略のため、得票総数の合計と有効投票は一致しません。

■問合せ 南越前町選挙管理委員会 ☎ 47-8000