

夏に向けて熱中症には細心の注意を

昨年の熱中症による救急搬送人員は過去最多となりました

熱中症は、温度や湿度が高い中で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、温度調整機能が働かなくなることによって起こります。めまいや意識障がいなど、さまざまな障がいを起こし、最悪の場合死に至る可能性も。体温調整が十分でない子どもや高齢者は特に注意が必要です。

熱中症による救急搬送人員は過去最多

昨年5月から9月の全国における熱中症による救急搬送人員は10万510人。調査を開始した平成20年以降、最も多い搬送人員となりました。昨年の市内の搬送人員は62人でした。



対処に迷ったら救急車を

熱中症と疑われる症状が出たら、まず体温を下げるのが大切です。すぐに涼しい場所へ移動してください。衣服をゆるめて体温がこもるのを防ぎましょう。体に水をかけてうちわや扇風機で風を当てると効果的です。もし、対処に迷ったらすぐに市消防本部へ連絡してください。

【問】同本部消防課救急係 (☎0944・74・0122)

早めの水分補給やエアコンで予防を

昨年の全国における熱中症による救急搬送人員の内訳はグラフのとおり。6月から急に暑くなる日が増え、注意が必要です。半数以上は3年連続で65歳以上の高齢者でした。

【引用元】令和7年10月29日消防庁報道資料

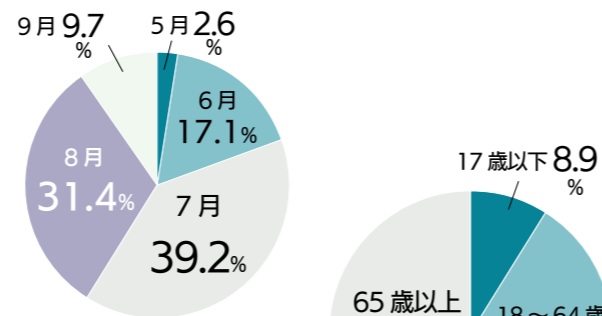


図1：月別内訳

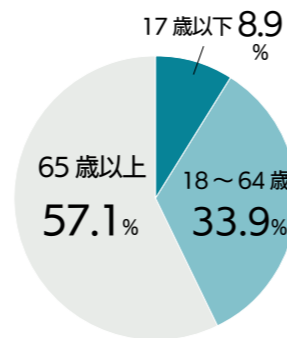


図2：年齢別内訳

ボランティア活動はやすらぎ保険の活用を

事故が起きたらすぐに担当課へ連絡してください

●保険の対象となる活動

市内に活動拠点を置く、市民5人以上の団体が行う、公益性のある活動（政治、宗教などの活動は除く）



●保険の対象となる事故

①指導者などが、活動中に参加者や第三者にけがをさせたり、建物などに損害を与えたりした場合の損害賠償責任事故②指導者や活動に参加した人などが、活動中に死亡またはけがをした場合の傷害事故

●保険の対象とならない事故

①自動車事故や、改装、修理の工事による事故などの賠償責任事故②脳疾患や疾病による傷害事故、けんかや犯罪などによる傷害事故

※故意による事故や自然災害による事故は対象外です。

●事故が起きたら14日以内に届け出を

事故があったら、すぐに団体の責任者を通じて市の担当課へ連絡し、14日以内に報告書を提出

【問】市総務課地域防災係 (☎0944・77・8419)

●やすらぎ保険の補償内容

区分	保険金額（限度額）
対人賠償	最高1人6000万円、1事故3億円
対物賠償	最高1事故300万円
※1回の事故につき、5000円は自己負担（免責）	
死亡保険金	300万円
後遺障害保険金	9万円～300万円
入院保険金	日額3000円（180日限度）
通院保険金	日額2000円（90日限度）

●事故のときの連絡先

団体・グループ	担当窓口
行政区、自治会、町内会、防犯、交通安全	総務課
子ども会、スポーツ団体、少年非行防止、公民館、PTA、文化団体	生涯学習課
心身障がい者団体、ボランティア団体、老人会	福祉課
環境美化	生活環境課
掘割清掃	水路課
その他	各担当課

特定健診であなたの大切な体や家族を守ろう



生活習慣を振り返るきっかけに 3人に2人がリピーターになっています

6月から特定健診が始まります。特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した健康診査。健診時間は約1時間です。年に1回、生活習慣を振り返るきっかけにぜひ受診してください。

●受診方法 全世帯へ配布する「けんしんガイドブック」で受診できる医療機関を確認し、予約して受診してください。



●受診に必要なもの ▷受診券▷健診費用500円▷保険資格確認を証明するもの（資格確認書、被保険者証、マイナ保険証と資格情報のお知らせ、マイナポータル保険資格画面）
※40歳と63歳の人には、特定健診費用の無料クーポン券を送付します。

【問】市健康づくり課国民健康保険係 (☎0944・77・8506)

チェックポイント

- 通常8000円が… **500円**
- 近くの病院で **土日受診可**
- 集団けんしん **家族や友人と一緒に**
- 託児あり (平日のみ)
- 6月から予約開始
- 予約はインターネット・電話・LINE

～ わたしが健診を受診した理由 ～

将来の健康が心配に (40代男性)

高校時代の体重は65kg。42歳で108.4kgとなり将来の健康が心配になって特定健診を受診しました。受診後、検査値の異常を受けて「夜の菓子パンをやめる」「毎食後に10分以上歩く」と目標を設定。4kgの減量に成功して体の調子も良いです。今後も継続して受診しようと思います。



受診方法を確認しよう

健康保険は「市国民健康保険」ですか？

はい

いいえ

12/28まで

特定健診 受診券と保険資格確認書類を持って受診。自己負担金は500円。詳しくは「けんしんガイドブック」を確認

受診方法	申込方法
医療機関けんしん	受診する医療機関へ電話で事前申込
集団けんしん	インターネット申込 6/1午前9時～
	電話申込 (☎0120・325・321) 6/4～ ●受付時間 午前9時～午後5時 ※土日、祝日、8/13、8/14は除きます。
	LINE申込 6/1午前9時～

加入している医療保険者で実施 各保険者に確認を

後期高齢者健康診査 受診票の確認を