

熱中症の発生は7～8月がピーク

熱中症を予防して元気な夏を過ごそう

熱中症とは

室温や気温が高い中で作業や運動により、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節ができなくなり、めまい、からだがだるい、ひどい時にはけいれんや意識の異常など、さまざまな症状をおこす病気です。

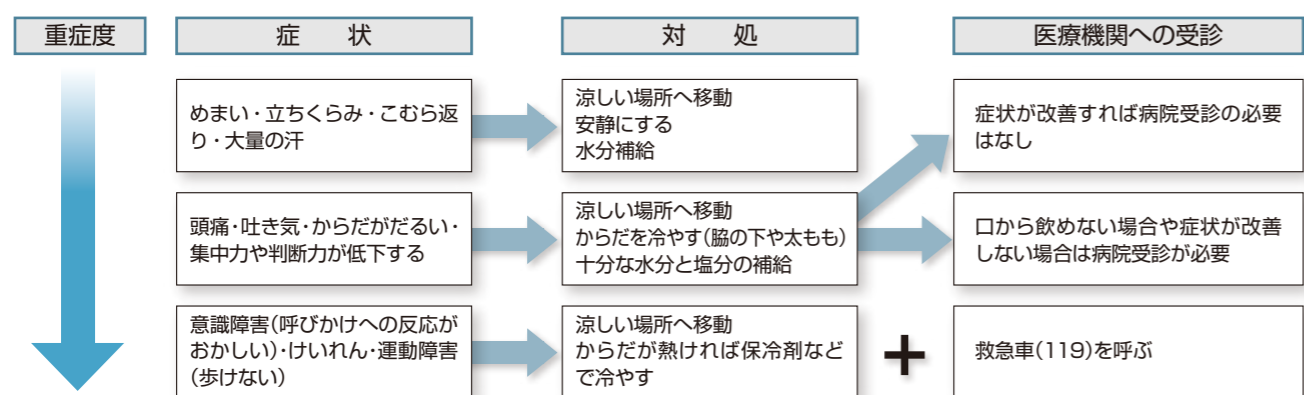
家の中でじっとしていても室温や湿度が高いため、熱中症になる場合があるので、注意が必要です。

こんな人は特に注意

- ・体調が悪い人
- ・持病（高血圧、腎臓病、心臓病など）のある人
- ・子ども、高齢者
- ・肥満の人



熱中症の分類と対処方法



こんなときは迷わずに救急車(119)を呼びましょう

- ・自分で水が飲めない
- ・意識がない
- ・脱力感や倦怠感が強く、動けない
- ・全身のけいれんがある

熱中症予防のポイント

- ・部屋の温度をこまめにチェックする
- ・気象情報をチェックする
- ・室温が28℃を越えないように、エアコンや扇風機を上手に使う
- ・のどが渇かなくても、こまめに水分補給をする
- ・無理をせずに、適度に休憩をとる
- ・外出の際は風通しの良い、涼しい服装で日よけ対策をする(日傘や帽子など)
- ・日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを心掛ける

- ・エアコンは温度設定に気をつけ、体に直接、風があたらないように調整するなど工夫をすると、体が冷えすぎず快適に使うことができます。エアコンを使えない場合は、シャワーや冷たいタオルで体を拭くことで、体を冷やす効果があります。
- ・アルコールは、利尿作用(尿量を増やす)があるので、脱水症状が進んでしまいます。※心臓や腎臓などに持病がある人は、かかりつけ医とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらいましょう。



問い合わせ先 健康づくり推進課 健康推進班(西合志庁舎) ☎242-1183



スマイルライフ

～健康・福祉・子育て情報～

待機児童支援助成事業補助金を支給します

本年度より、認可保育所の入所要件を満たし、入所申込を行っても入所できずに、認可外保育施設に入所している児童の保護者の経済的負担軽減のため、保育料の一部を補助します。

対象

- ①市内に住所があり居住している人
- ②認可保育所の入所要件を満たして申し込みを行ない、入所できず待機していること。(保留通知を持っている人で、両親とも就労中などであること)※求職中の人は対象になりません。
- ③児童が、月単位契約で認可外保育施設に、1日5時間以上かつ13日以上通っていること。(一時預かりや延長保育、月途中の入所・退所は対象外)
- ④市税などを滞納していないこと。

対象施設

保育所業務を目的とし、県または熊本市の認可を受けていない施設。(合志市外も含む。ただし、事業所内保育所や英会話などを主目的とする施設を除く)



補助対象経費

保護者が負担した月額保育料と昼食代を合計した額。(延長料金などは含まない)

補助額

保護者が負担した対象経費から、認可保育所に入所した場合の保育料月額相当額を差し引いた額を助成。ただし、上限は月額20,000円。

【例】3歳未満児で補助対象経費を月35,000円支払っており、市の保育料算定額が14,000円(第4階層一般)である場合
35,000円 - 14,000円 = 21,000円 > 20,000円
補助金の額は月額20,000円となります。

申請方法

次の書類を子育て支援課に提出してください。(郵送可)

- ①合志市待機児童支援助成事業補助金交付申請書
- ②認可外保育施設在籍証明書兼保育料等納入済証明書

※申請書などは子育て支援課、合志庁舎総合窓口、泉ヶ丘支所、須屋支所に置いています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

申請期限

- ・通園期間 4月～7月 8月20日(火)まで
- ・通園期間 8月～11月 12月20日(金)まで
- ・通園期間 12月～平成26年3月
平成26年4月20日(日)まで
審査の上、年3回で支払います。

問い合わせ先 子育て支援課(西合志庁舎) ☎861-1193 合志市御代志1661-1 ☎242-1159