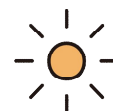




知って得する健康コラム



2025

7月

熱中症予防
強化月間

今月のテーマ【熱中症】

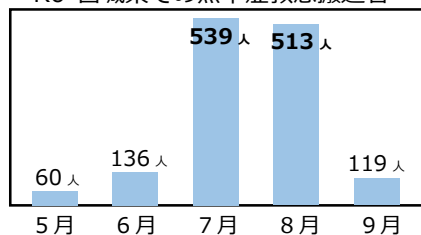
熱中症とは、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をさします。死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適切な予防・対処を行えば、防ぐことができます。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう！（広報むらた6月号もあわせてご覧ください）

宮城県での熱中症救急搬送者

宮城県では、令和6年5～9月までに1,367名の方が救急搬送されています。梅雨が明けて暑い日が続く7月は救急搬送者が急増します。熱中症対策をしっかりと行い、予防しましょう！

R6 宮城県での熱中症救急搬送者



＼熱中症が増えています！／

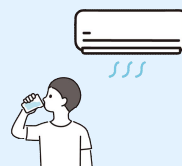
熱中症（特別）警戒アラートを活用しましょう！

熱中症（特別）警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される場合に発表されるものです。

村田町では、公式LINEやメール等で配信しています。

アラート発表時には、各自が徹底した予防行動を心がけましょう

- ・エアコンを適切に使用しましょう
- ・水分をこまめにとりましょう
- ・外での運動は、原則、中止しましょう
- ・熱中症リスクの高い方に声かけをしましょう（高齢の方や障害のある方など）



出典：環境省「熱中症予防サイト」／宮城県「熱中症について」

≫ 次回は「食事」について掲載します

ほけんセンター ニュース

検診や健康情報をお知らせします

～胃がん未検者検診～

5月の胃がん検診を受けられなかった方、申込を忘れていた方も受けることができます。

日時：令和7年7月26日（土）
午前7時30分～10時

場所：村田町中央公民館

対象：40歳以上の方

（40歳未満の方は全額自己負担で受診可）

個人負担金：1,500円（40歳未満：6,050円）



検診会場ではマスクの着用にご協力をお願いします。

～子宮がん検診（個別検診）～

集団検診を受けられなかった方など、これからの申込でもまだ間に合います！受診希望の方は個別検診用の受診票が必要になるため、下記問合せ先まで連絡をお願いします。

期間：令和7年8月1日（金）～9月13日（土）

場所：① 宮上クリニック ② 毛利クリニック

③ みやぎ県南中核病院

詳しくは受診票同封のチラシをご覧ください

対象者：20歳以上の女性の方

個人負担金：2,500円

【問】保健センター

0224-83-2312



睡眠のワンポイントアドバイス

寝室にはスマートフォンやタブレット端末を持ち込まず、できるだけ暗くして寝ましょう