

## コロナ禍における熱中症対策

これから本格的な夏に向けて気温が上昇していく中、熱中症患者の増加が予想されます。一方で、新型コロナウイルス感染者の発生状況は未だ高い水準で推移しています。熱中症対策とコロナ対策を両立させた行動が重要です。

- 暑さを避けましょう
- 日傘や帽子を着用し涼しい服装を心掛ける
- 少しでも体調が優れない場合は涼しい場所へ
- 屋外では十分な距離を確保してマスクを外す

岡市保健相談センター ☎0994-41-2110

- こまめな水分補給をしましょう
- のどが渇いていなくても水分補給
- 大量に汗をかいたら塩分補給
- エアコン使用中も換気しましょう
- こまめに窓やドアを2か所以上開放
- 換気扇や扇風機との併用
- 暑さに備えた体づくり
- 無理のない適度な運動
- 定期的な検温と健康チェック



## 6月の休日救急当番医・歯科休日急患在宅医

鹿屋市医師会 診療時間 8:30～18:00			
月日	医療機関	住所	☎(0994)
5月 29日	㊦ みやぞのクリニック	田崎町	40-4600
	㊦ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
	㊦ 小林クリニック	上谷町	41-0700
6月 5日	㊦ 長崎内科	笠之原町	43-2195
	㊦ えとう小児科	札元2丁目	40-3700
	㊦ はるしま整形外科クリニック	旭原町	41-2211
12日	㊦ 中塩医院	西原1丁目	43-2489
	㊦ やのファミリークリニック	寿4丁目	43-6248
	㊦ 大隅鹿屋病院	新川町	40-1111
19日	㊦ 森田胃腸科内科医院	郷之原町	40-2822
	㊦ こだま小児科	笠之原町	41-5111
	㊦ よしどめ整形外科	川西町	31-1700
26日	㊦ こだま共立クリニック	寿5丁目	43-2510
	㊦ おひさまこどもクリニック	新川町	42-7822
	㊦ そえじまクリニック	旭原町	41-6800
7月 3日	㊦ 前田内科	本町	42-2175
	㊦ まつだこどもクリニック	西原2丁目	52-0507
	㊦ 徳田脳神経外科病院	打馬1丁目	44-1119

肝属東部医師会 診療時間 9:00～17:00			
月日	医療機関	住所	☎(0994)
5月29日	岩重医院	東串良町川東	63-8514
6月 5日	入佐内科	吾平町麓	58-7006
	高山胃腸科・外科	肝付町前田	65-7171
	山路医院	東串良町池之原	63-2134
26日	内村産婦人科	串良町岡崎	63-2521
	春陽会中央病院	肝付町新富	65-1170

鹿屋市歯科医師会 診療時間 9:00～15:00			
月日	医療機関	住所	☎(0994)
5月29日	はらぞの歯科	下堀町	40-4118
6月 5日	ひらおか歯科	新川町	41-3060
	ひらたデンタルクリニック	札元1丁目	45-4929
19日	水口歯科医院	寿2丁目	43-4635
26日	吉留歯科医院	旭原町	42-3708
7月 3日	あおぞら歯科	西原1丁目	36-5688

### 大隅肝属地区消防組合テレホンサービス ☎0994-43-0119

平日/午後5時から夜間救急当番医を案内  
※ただし、火災発生時は一時火災情報に変わります。  
休日/休日救急当番医及び歯科休日急患在宅医を案内  
※休日救急当番医及び歯科休日急患在宅医は変更になることがあります。各医療機関にご確認のうえ受診してください。

## 編集後記

**防**人歌(さきもりうた)には家族と離れて任に向かう男の悲哀に満ちた歌がありますが、寂しがりな私は極力家族とは離れたいと感じ入るところです。(堂込)

**災**害も珍しくなくなった昨今。激甚化・頻発化などの言葉もよく耳にするようになりました。コロナも含め以前のような平穏な日々が送れることを祈るばかりです。(久富木)

**訓**言として心に響いた「食が生まれるストーリーを感じて」という言葉。地元でもこんなに新進気鋭な方が多くいらっしゃる「かのや」の可能性は無限大！(櫛間)

**練**習していても、いざ災害が襲ってくるとパニックになって適切な行動ができるかどうか…。防災では物品だけではなく、心の備えも必要です。(下曾山)

## お便り&メッセージ

ご協力ありがとうございました。

ご応募の際にご記入いただきました個人情報は、抽せん・賞品(賞品引換券)の発送・アンケート統計以外の目的で使用することはありません。