



【第9号】令和8年夏号

浦戸地区 地域包括支援センターニュース

今年も厳しい暑さが予想されます。冷房を正しく使い、水分補給をお願いします。

外出時も室内でも熱中症予防を！

過去最多となった昨年の熱中症による救急搬送者のうち、全体の約57%が高齢者、発生場所別では住居が約38%になっています。今年の夏の気温は平年よりも高くなると予想されていますので、室内でも万全の熱中症対策をお願いします。



エアコン等で
温度をこまめ
に調節



遮光カーテ
ン・すだれ
の利用



外出時には
日傘の使用、
帽子の着用



天気の良い日
は日陰の利用、
こまめな休憩



吸湿性・速乾
性のある通気
性のよい衣服
の着用



保冷剤、氷、
冷たいタオル
などで、からだ
を冷やす



室内でも、外出先でも、のどが渴いていなくても、こまめな水分補給を！



目安：コップ6杯分（1200ml）

出典：「熱中症予防のための情報・資料サイト」（厚生労働省）
「熱中症予防のための情報・資料サイト」（厚生労働省）(https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu-taisaku/index.html)
を加工して作成



4月から入りました新しい職員を紹介します。

社会福祉士 小林正人 です。

太田（所長）、川勝（保健師）と3名体制です。よろしくお願いします！



裏面もご覧ください

詐欺被害に気を付けましょう！

警察官による詐欺被害防止講座 i n 野々島



6月10日(水)野々島ブルーセンターで尾島町交番による詐欺被害防止講座を開催しました。塩竈市内でも架空請求詐欺のメールやメッセージが増えているので気を付けてほしいこと、一人で対応せず、まず落ち着いて家族等に相談してほしいとお話いただきました。また、詐欺電話を防ぐアプリや国際電話を停止する手続き等具体的な予防方法も教えていただきました。

開催希望の団体がありましたら、地域包括支援センターまでお問い合わせください！

健康推進員主催 浦戸お楽しみ会

6月24日(水)野々島ブルーセンターを会場に健康推進員主催で蔵王道楽道場とSAKURAMUSICによる浦戸お楽しみ会が開催されました！腹踊りやどじょうすくい、篠笛による演奏が披露され、会場は笑い拍手に包まれました。参加者も一緒に楽しめる内容で、浦戸の絆を深める楽しいイベントになりました。



掲載してほしい情報などがありましたら、お気軽に地域包括支援センターまでご連絡ください。



発行 浦戸地区地域包括支援センター

塩竈市浦戸野々島字河岸50 (浦戸諸島開発総合センター内)

電話番号：022(361)2931 ファクス：022(361)2932