

# 今年の夏も暑くなる?!これから気を付けたい熱中症

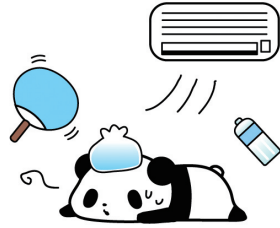
これからの季節は急に気温が上がりますが、体が暑さに慣れていないため、家の外だけでなく家の中でも熱中症にかかりやすくなります。

## 熱中症を予防するためのポイント

- ①家でも外でも「暑さ」を避ける…帽子やエアコンを活用しましょう!
- ②こまめに「水分」をとる…1時間に1回コップ1杯の水を飲みましょう!
- ③今のうちから「体力」をつける…食事・睡眠も十分取りましょう!

自分や周りの人が「熱中症かもしれない」と感じたら…

- ・水分補給(氷など冷たいものを食べるのも効果的)
- ・涼しい場所への移動
- ・エアコンの使用
- ・首、わきの下、股関節などを冷やす



といった対応を取ってください。もし、意識がもうろうとして水が飲めなくなったら、すぐに救急車を呼びましょう。

今年の夏も猛暑の予想です!自分も周りの人も熱中症にならないよう、お互いに気にかけていきましょう!

## 休日歯科診療当番表(6月分)

6月分の休日歯科診療の当番は下記のとおりです。

診療時間【午前9時から午後5時まで】 ※市外局番はすべて0224です。

月日	白石・角田支部			柴田支部		
	医院名	所在地	電話番号	医院名	所在地	電話番号
6月2日	谷津歯科医院	丸森	72-1234	えんどう歯科医院	大河原	53-2555
6月9日	村上歯科医院	蔵王	33-4125	大友歯科医院	柴田	57-2120
6月16日	吉田歯科医院	角田	62-2130	小田部歯科医院	大河原	53-2134
6月23日	谷津歯科医院	白石	26-3254	おたべ歯科クリニック	柴田	56-1853
6月30日	伊藤歯科クリニック	角田	63-2497	川口歯科医院	柴田	55-5493

診療時間【午前9時から午後3時まで】 ※市外局番はすべて0238です。

置賜地区							
月日	医院名	所在地	電話番号	月日	医院名	所在地	電話番号
6月2日	みわき歯科クリニック	米沢	24-2418	6月9日	伊藤歯科医院	南陽東置賜	45-2030
6月16日	鈴木歯科医院	米沢	23-0370	6月23日	桜井歯科医院糠野日診療所	南陽東置賜	57-3211

# 子宮頸がん予防ワクチン接種のお知らせ

(ヒトパピローマウイルス感染症予防接種について)



ヒトパピローマウイルス感染症予防接種は、子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルスへの感染を約9割予防できる効果的なワクチンです。

対象者	平成9年4月2日～平成20年4月1日 生まれの方	平成20年4月2日～平成24年4月1日 に生まれた方
接種期間	令和7年3月31日まで	高校1年生まで
接種回数	過去の接種も含め、 合計3回	2回または3回
接種できる医療機関	宮城県内医療機関	
注意点	・接種時は、「母子手帳」、「委託書」、「(必要事項記入済)の予診票」が必要です。 ・16歳未満の方が接種を受ける際は、保護者の同意および同伴が必要です。	

接種を希望し、委託書・予診票が無い場合は健康福祉課までご連絡ください。  
無料で受けられる期間が決まっているため、お早めの接種をお願いします!

## 風しんの抗体検査・予防接種がまだの方へ

無料の検査とワクチン接種は今年度末まで!



昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性の抗体検査とワクチン接種は、令和7年3月31日までです。

### ●検査とワクチン接種の流れ(すでにワクチン接種した方は対象外)

- 配布されたクーポンを持って医療機関を予約受診し、抗体検査を受ける。  
お近くの医療機関以外でも、職場の健康診断や人間ドックなどで風しんの抗体検査を受けられる場合もあります。詳しくは職場の担当者へお問い合わせください。
- 風しんの抗体が少ない場合は、医療機関で予防接種を受ける。  
抗体が少ない場合、予防接種の対象になります。お近くの医療機関を予約し、クーポン券を持ってワクチンを接種してください。