

旭区西部地域包括支援センター

響（ひびき）

2023年7月号（NO. 76）

発行元：旭区西部地域包括支援センター

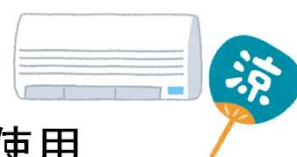
06-6958-5030



熱中症警戒アラートとは？

熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとっていただくよう促すための情報です。

熱中症警戒アラートが発表された時の行動について



- ① 不要不急の外出は避け、昼夜を問わずエアコン等を使用
- ② 高齢者、子ども、障がい者等に対して周囲の方々から声かけをする
- ③ エアコン等が設置されていない屋内外での運動は、原則中止または延期する
- ④ のどが渇く前にこまめに水分補給するなど、普段以上の熱中症予防を実践する

注目!

熱中症のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。
正しい知識をもって、熱中症を予防しましょう。

いきいき百歳体操 ～生江地域～



5月17日に生江地域で行われている百歳体操に参加して参りました。友人や隣人をお誘いの上、皆さん熱心に取り組まれました。

旭区在宅医療 介護連携推進会議



6月14日に「助けられ助け上手の地域をつくる」～孤立を生まない地域づくりのために～をテーマに特別講演会が開催されました。今後も地域の皆様が安心して暮らせるよう取り組んでいきますので、いつでもご相談下さい。