

# 新潟民商

新潟民主商工会  
新潟市沼垂西3丁目  
電話 (243) 0141  
18年8月20日

## 健康海祭り

7月29日、船江町浜にて雲一つ無い晴天で強い日差しと常に吹く強風、熱気の中での開催となりました。海祭りの実行委員やボランティアに來た人達はそんな天気の中でも TENT を張り、売り物の飲食物の用意をしました。海祭りの最中、海水浴場にいる小学生以下の子供を対象にしたじゃんけん大会が開催され、参加した子供達にはとても好評で皆楽しんでいました。

健康海祭りは、空港の滑走路を延長する為に会場となっている海を埋め立てようという案が出された事に多くの市民が反対し、憩いの場である海を守るために毎年開催されています。



## 熱中症になる環境、原因と対処法

### 熱中症とは？

熱中症とは、暑い環境や体温が下がりにくい環境で起こる、体の異常のことをいいます。

熱中症は炎天下での運動などで発症しやすいことが知られていますが、高齢者の方が熱帯夜にエアコンを使用せずに寝ているうちに発症することもあります。

### 原因

熱中症になる要因には、環境要因・身体要因・行動要因の3つがあります。

- 環境要因…気温が高い、湿度が高い、日差しに当たっている、風通しが悪い、
- 身体要因…子ども、高齢者、脱水状態、など
- 行動要因…炎天下で活動する、水分や休憩がとれない、日陰などで休まない、

### 症状

熱中症の症状には、以下のようなものがあります。  
めまいや立ちくらみ、顔のほてり

## 日程

- 8月22日 新商連三役会
- 8月25日～8月26日 日本母親大会
- 8月28日 第1回常任理事会

- 筋肉痛や筋肉のけいれん、足がつる
- 倦怠感(けんたいかん)や吐き気、頭が重い、頭痛(体がぐったりし、力が入りにくい状態)
- 汗のかき方がおかしい(何度拭いても汗が出る、もしくはまったく汗が出ない状態)
- 体温が高く皮膚が赤く乾いている
- 呼びかけに反応しない、おかしな返答をする
- まっすぐ歩けない
- 自分で動けない、水分補給ができない

### 対処法は水分補給と冷却

熱中症の基本の治療は、体の熱がこもりにくい環境に避難したうえで、水分や電解質、糖分を摂取することで。患者さん本人が飲水できるようであれば、ゆっくりとこまめに水分を摂取してもらいます。自力での飲水が難しい場合は、水分を点滴で補充します。

非常に重症な状態では、体温が40℃を越えるほどになります。これは、体温調節を担う脳の体温中枢が機能しなくなるためです。冷却の方法には、ぬるま湯を皮膚に吹きかけて扇風機で送風するといった方法や、胃や膀胱内へ冷水を注入する方法などがあります。

### お盆による事務所休み日程

- ・ 民商事務局は8月11日(土)～8月16日(木)までお休みさせていただきます。ご了承ください。

### 商工新聞お知らせ

お盆の印刷・輸送事情により、8月の発行予定は次のように変更となります。お忙しいなかですがよろしくお願いたします。

8月13日号 休刊

8月20日号↓8月7日号(火) 発送予定

(注) 発送予定を繰り上げて、本来の8月13日号の  
発送日程で送ります。

8月27日号↓8月21日号(火) 発送予定

8月14日(火)の発送をお休みします。