

熱中症を予防しましょう

5つの声かけを
実践して、
夏を涼しく
乗り切ろう！

温度に
気をくばろう



飲み物を
持ち歩こう



休息をとろう



栄養をとろう



声を
かけ合おう



のどの渇きを感じていなくても、こまめな水分補給を心掛けましょう。
暑さの感じ方は人によって異なり、高齢者や子ども、障害のある方は暑さや水分不足に気づきにくい傾向にあるため特に注意が必要です。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。

また、環境省では、LINEアプリを活用した熱中症警戒アラート・暑さ指数の情報配信を行っています。



▲熱中症予防情報サイト

問合せ 健康管理課（2階） ☎ (20)1574 FAX (20)1600

6月4日～10日は歯と口の健康週間です

歯周病やむし歯は、初期には自覚症状が少ないため、気付いたときには進行していることがあります。その結果、体のさまざまな病気に影響を与えることが分かっています。この機会にかかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けましょう。

今年の標語 「歯みがきは 体を守る 最前線」



モーロとラッキーの ハッピータイム

歯やお口の健康に関する動画を配信しています。
ぜひご覧ください。

令和8年6月より、歯周病検診を指定医療機関で受けることができます。
対象の年齢（20・30・40・50・60・70歳）の方はぜひご受診ください。
詳しくは、ウェブページをご覧ください。



▲ウェブページ

問合せ 保健センター ☎ (25)1725 FAX (25)1865