

● 熱中症を防ぎましょう！～職場での対策～

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体内に熱がこもった状態を指します。労働をしているときなどは発症しやすく、症状が深刻なときは命の危険にさらされることもあります。特に梅雨明け～10月ごろまでは暑い日が続きます。正しい知識と適切な予防法できちんと対策をして、暑い夏を乗り切りましょう。

◆3つのチェック◆

1 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラートの確認

3 仕事中のチェック

- 単独作業を避け、声かけ合う
- 監督者は現場パトロール
- こまめな水分・塩分の補給
- 涼しいところで休憩

2 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラートの確認

★暑さ指数(WBGT)を確認しましょう！

作業場所における暑さ指数が、基準値を超えるおそれがある場合は熱中症になる可能性が高くなるので対策を講じましょう。



環境省
熱中症予防情報サイト

★体調に異変を感じたら…

- ①直ちに作業を中止し、119番
- ②水をかけ、全身を急速冷却



厚生労働省
職場における熱中症予防情報

● 6/4～6/10は「歯と口の健康週間」です！

～歯を見せて 笑える今を 未来にも～

むし歯や歯周病は、初期の症状の軽い段階ではなかなか気づきません。そのような早い段階で見つけることができれば、治療の期間も短くて済みますし、治療の費用も低く抑えることができます。

定期的な健診を受けることは、早期発見・早期治療につながります。

いつまでもおいしく食べるためには、**お口の健康が大切！**お口の健康は全身の健康だけでなく、楽しい会話など社会生活にもつながります。

いつまでも笑顔で楽しく生きていくために、まず歯科受診を！！

<今年度の啓発ポスター>



● 6/1～6/7は「HIV 検査普及週間」です！

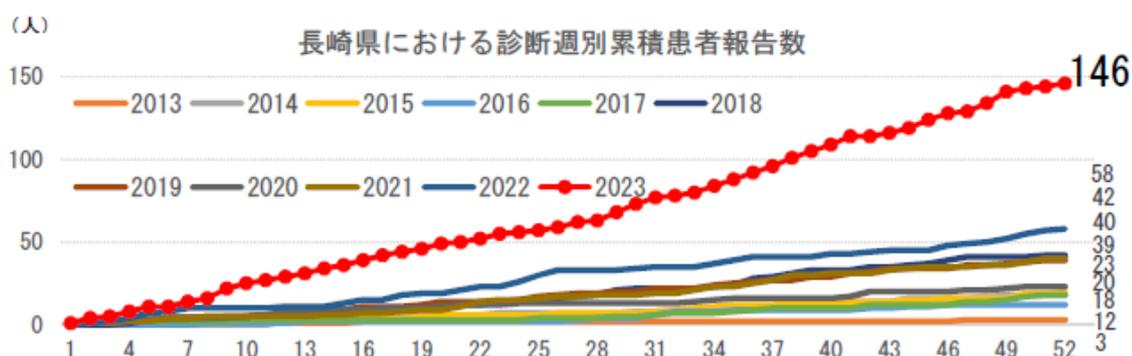
HIV(ヒト免疫不全ウイルス)感染後、自覚症状のない時期が数年続き、さらに進行すると免疫力が低下し、本来なら自分の力で抑えることができる病気などを発症します。この状態をエイズといいます。治療の進歩により、早期に HIV 感染を知り適切な治療を継続することで、感染していない人と同じくらい長く、健康的な生活を送ることができるようになりました。

五島保健所では、匿名で採血による無料の HIV 抗体検査を実施しています。

HIVに感染していても、感染初期には抗体が検出されない期間がありますので、感染の心配がある出来事から3ヶ月経ってから検査を受けましょう。

また、全国的に急増している梅毒についても、HIV検査と同時に検査することが可能ですので、ご相談ください。

～長崎県の梅毒発生状況～



<問い合わせ先>

相談窓口:長崎県五島保健所 企画保健課

電話番号:0959-72-3125

費用等:無料・匿名で相談を受付けます。

検査をご希望の方は予約が必要ですので、事前にご連絡ください。