

# ぼくたちわたしたち むし歯ありません!



5月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもたちを紹介します。



はが ゆづき  
芳賀 結月さん  
(築館)



すずき あおい  
鈴木 葵巳さん  
(若柳)



たかはし よしの  
高橋 佳乃さん  
(若柳)



あんどう ふうが  
安藤 楓芽さん  
(栗駒)



おがた くれは  
尾形 紅羽さん  
(栗駒)



すがわら るい  
菅原 琉聖さん  
(栗駒)



すずき とうな  
鈴木 斗娜さん  
(栗駒)



すずき ひな  
鈴木 陽菜さん  
(栗駒)



ただい るた  
太齋 瑠汰さん  
(高清水)



おがた なごみ  
尾形 和咲さん  
(一迫)



かめや みつき  
亀谷 光希さん  
(一迫)



さとう こはく  
佐藤 来白さん  
(志波姫)



すがわら みなみ  
菅原 美波さん  
(志波姫)



※了解を得た人のみ掲載しています。

## いきいき健康メモ

### 屋外作業中の熱中症に注意



今年の夏も厳しい暑さが予想されます。近年、農作業中などに熱中症になる人が急増しています。熱中症は、体に熱がこもることで起きるため、予防には「暑さを避けること」と「水分補給」が重要です。

今月は、屋外作業で気をつけたいポイントを紹介します。熱中症は、適切な対策で防げます。元気に夏を過ごせるように、熱中症予防に取り組みましょう。

**暑さを避ける**

- 高温が予想される日は作業を避ける。
- 涼しい時間帯に作業をする。
- 日陰で風通しの良い場所を選ぶ。
- つばの広い帽子をかぶり、直射日光をさえぎる。
- 汗を吸収し、乾きやすい素材の服を着用する。
- 首元を冷やすタオルや冷感グッズを活用する。


**水分補給とこまめな休憩**

- 喉の渴きを感じる前に、作業の都度、水分補給をする。
- 塩あめなどで塩分も補給する。
- 作業時間を決めて、こまめに休憩する。

**単独作業は避ける**

- 複数人で作業を行う。
- 作業中は、時間を決めて連絡を取り合う。


環境省 熱中症予防情報サイト



## 休日急患診療当番医・調剤薬局

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

- 診察時間 午前9時～午後5時
  - 受診方法 必ず電話で症状を伝え受診
  - 持ち物 マイナ保険証など
- ※医療機関によっては、対応できない診療科目があります。  
※当番医の診察時間に、2次救急医療施設の栗原中央病院を直接受診することは、控えましょう。  
※休日当番医は、変更になる場合があります。最新の情報は右の二次元コードで確認してください。
- 市ウェブサイト



休日当番医・市の医療

月日	医 科	歯 科	調剤薬局
7/5 (日)	若柳消化器内科 [若柳] ☎(32)2316	たまがけ医院 [一迫] ☎(52)5115	サトウ調剤薬局 [若柳] ☎(25)4530 ひまわり薬局 [一迫] ☎(57)6035
12 (日)	岩淵医院 [栗駒] ☎(45)2155	まるき内科クリニック [志波姫] ☎(24)8073	上小路一樹新生薬局 [栗駒] ☎(45)1255 マリン調剤薬局 志波姫店 [志波姫] ☎(23)3520
19 (日)	達内科 [築館] ☎(22)2655	栗原市立鶯沢診療所 [鶯沢] ☎(55)3511	ヨネキ薬局 築館店 [築館] ☎(21)1225 さくら薬局 鶯沢店 [鶯沢] ☎(55)2566
20 (月) 海の日	までなクリニック [築館] ☎(25)4121	石橋病院 [若柳] ☎(32)2583	くりこまデンタルクリニック [栗駒] ☎(49)3447 ドレミファ薬局 [築館] ☎(24)8708 恵薬局 [若柳] ☎(32)6375
26 (日)	伊礼整形外科 [築館] ☎(22)0066	高橋ハートクリニック [瀬峰] ☎(59)2005	しぶや薬局 [築館] ☎(21)2888 せみね調剤薬局 [瀬峰] ☎(38)3178

## 夜間の救急対応

医療局医療管理課 ☎(21)5631

夜間の救急患者の受け入れは、2次救急医療施設の栗原中央病院で対応しています。夜間は、限られたスタッフで対応するため、できるだけ、かかりつけ医などの医療機関を日中に受診してください。