



## 熱中症について



今年もまた暑い夏がやってきました。

各地で38度を超える記録的な猛暑となり、多数の熱中症が発症しています。

熱中症は高温、多湿の環境下で体温のコントロールが破綻してしまい、高体温状態となり、重症化すると多臓器不全で死に至ってしまいます。

今年は既に100人以上の死者が出ており、決して侮ってはいけない急性病といえるでしょう。軽症では筋肉の痙攣（こむら返り）、立ちくらみといった症状が見られ、次第に全身倦怠感、めまい、吐き気、ふらつき、下痢等が表れ、重症化すると意識消失、せん妄状態、痙攣等がみられ、脱水と体温調節の破綻にともない血液凝固異常を呈し、多臓器不全に陥ってしまいます。従って軽症のうちに治療すること、および重症化した場合には直ちに病院に搬送し処置することがポイントになります。

治療の中心は水分、塩分補給と体を冷やすことです。蒸し暑い気候のときは部屋の中にも発症することがあり、特に体温調節能力が低下している高齢者や乳幼児、あるいは利尿剤や自律神経に影響する薬の服用者は注意が必要です。

体調管理に気をつけこまめな水分摂取、塩分の補給、環境の整備（室温、湿度、汗が蒸発しやすい服装）に努めましょう。

くれぐれもお酒、ビールで水分補給をしないようにしてください。

— 院長 —

## お知らせ

### 体力測定してみませんか？

今年度より、70歳以上の方を対象に、体力測定を実施しています。

日常生活動作に近い、測定内容になっています。

実施料：無料

気軽に受けてみませんか？  
気になる方は、スタッフまで声をおかけ下さい。



### 特定健診受診できます！

当院では健康保険組合、協会けんぽ、医師国保、後期高齢者広域連合、地方共済組合等の特定健診を実施しております。

今年度より8～10月までの3ヵ月間のみ、大分市国保加入者で40～75歳に達する方（平成23年3月31日時点）についても個別健診が可能となりました。

なお、健診費用は無料です。

#### ○健診項目

問診、身体計測、血圧、尿

血液検査（肝機能、脂質、血糖検査）

大分市国保、後期高齢者の方は腎機能検査を追加します。

ご予約はこちら！

2F健康増進センター

受付時間 8:30～11:30（月～土曜日）

14:00～16:30（月・火・木・金）

予約TEL 097-513-5339

## 季節の行事

## デイケア 夏のバスハイク



ヤマメ釣り(九重)、地獄蒸し(別府)  
カラオケ(府内)、パークプレイスに、  
行ってきました!



みなさんそれぞれ十分堪能された  
ようで、いつもより素敵な笑顔です。



## ウェルヴィラ 七夕

レクリエーションなどをして、  
みなさん楽しそうですね!



## つかあうえ! 大分弁

カピバラ通信



私は 子供の頃 曾祖母、祖母の元に預けられていた  
せいか、同年代の方よりも方言を多く使います。お年寄  
りや、年配の方に「あら、懐かしいやね」と言われる事  
も多く、それならここで、大分弁についてのお話をして  
みよう!と、書いてみました。

まず、大分弁は、九州の他の県に比べて「ちょっと  
違うな?」と思った事はありませんか?

大分弁は、九州で進化を続けてきた方言とは違い、  
中国地方や、上方(京都や大阪)の影響を多く受け  
てきたといわれています。

そのため、発音も標準語に比較的近く、上京して余  
り苦労しない、とも言われる方言です。

ただ、大分弁は、地方色がかなり濃く、豊前であ  
った中津や、天領の日田などは、「中津弁」「日田弁」  
と言われる程に違うものとなっています。小藩分立  
であった影響もあると思われますが、調べる程に奥  
が深い大分弁。一緒に知っていきましょう!

次回「しんけん」について、お話します。

## 作品集

デイケアの利用者さまが作られた作品を紹介します。



津田妙子 作

伊延ウメ子 作

この他にも作品をたくさん  
作られている方が、いらっし  
やいます。

ぜひ、またの機会に紹介で  
きたらいいなと、思います。

