

地域包括支援センターだより



〈問い合わせ〉地域包括支援センター
(役場 健康推進課内) TEL(62) 8222

温度管理 !!

人によって熱さ寒さ湿気の感じ方は千差万別ですが、高齢期になると老化に伴い気温の変化への対応速度も遅くなり、気温の感じ方に差が生じます。南阿蘇も夏は高温多湿を示しますよね。高齢者の多くの方の趣味である菜園活動と草取り、「ここまで作業をしてから休憩を取る」と熱心にされていますが、このやり方では、脱水症や熱中症を起こしかねません。その日の気温や日差し、湿度など考慮し、早めの作業切り上げやスポーツドリンク、塩飴の活用などが必要です。

また、脱水症や熱中症による体液の減少、血のドロドロが誘引となり脳血管疾患や心臓疾患などを誘発することもあります。

最近では、置時計に気温や湿度が表示されるものもあります。室内や作業する近くに置き、感覚だけではなく、目で見て対応を行なうことも大切です。

気温は27~28℃、湿度は57%を越えると不快が生じます。まずは、それぞれ自身の快適な温度や湿度を計り健康管理に役立てましょうね。



南阿蘇村商工会

◆平成27年度南阿蘇村商工会通常総会開催◆

5月20日、「グリーンピア南阿蘇」において村商工会通常総会が開催されました。

当日は会員・来賓を含め73人が出席しました。冒頭に、後藤豊彦商工会長があいさつで「平成26年度事業の総括と商工会の置かれている現状」について話され、続いて来賓の方々よりあいさつがあり、総会に花を添えられました。

議長には長陽地区の中尾三郎さん(赤瀬)が選出され、第5号議案までの議事が行われ、本年度の事業計画として、地域活性化を目的とした「ふるさと商品券事業」と地域の特産品などの販路開拓を促進する「地域力活用ビジネス創出支援事業」を重点事業として取り組むことが決議されました。

また、今年役員改選の年であり、10年間商工会長を務められた後藤会長が退任され、長陽地区の丸野健一郎さん(立野)が新商工会長に選出されました。

総会後の懇親会は、終始なごやかな雰囲気で行われ、新体制となった村商工会がスタートしました。



〔新役員〕(敬称略)

会長 丸野健一郎 (立野)

副会長 今村 英士 (第八駐在)

理事 高宮 幸生 (中松一)

理事 中尾 三郎 (赤瀬)

理事 井出 一誠 (栃木)

今村 輝宏 (川後田)

茂田 恵一 (喜多)

興呂木和也 (第一駐在)

大津 景士 (第四駐在)

小林 智征 (第五駐在)

甲斐 保孝 (中松三)

岩本 敏則 (吉田三)

伊藤 幸蔵 (白川)

今村 栄希 (川後田)

古澤 けさみ (第八駐在)

浅尾 大蔵 (第五駐在)

後藤 守幸 (中松三)

監事

後藤 守幸 (中松三)