



## 熱中症予防 理解深める

室蘭でお元気講座

ふれあいサロンお元気講座が15日、室蘭市中島町のふれあいサロンほつとなぐるで行われ、地域住民が熱中症予防などについて理解を深めた。

中島商店会コンソーシア

熱中症予防について理解を深める参加者

△主催。約30人が出席した。室蘭市地域包括支援センター憩の保健師・山口澄恵さんが講師を務めた。

山口さんは、夏に多い病気のひとつとして脱水症・熱中症を紹介。「脱水症は体内の水分が極端に減る。熱中症、かかった人の4分の1が死亡すると言われている危険な病気」と呼び掛け、塩分を含んだ水分補給などの重要性、応急手当てなどを紹介した。

(石川昌希)