

■この季節熱中症にご注意ください！■

【熱中症とは】

室温、気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、
①体温上昇 ②めまい、顔のほてり ③頭痛、筋肉痛 ④身体のだるさ・吐気 ⑤まっすぐ歩けない ⑥意識の異常など様々な症状を起こす病気で、**重篤な場合は生命の危機にいたる場合があります。**

応急手当

【応急手当】

熱中症の症状がある場合の応急手当
①涼しいところへ移動し安静に寝かせる
②衣服を緩めて、脇の下・太ももの付け根などを冷やす
③こまめに水分・スポーツドリンクを自分で飲んでもらう

受診

【必ず受診してください】

熱中症の症状がある場合は、応急処置のみに頼らず受診してください。**高熱、痙攣、意識の異常、自分で水分を飲めないなどの症状の場合、ためらわず救急車をお呼びください。**



■骨粗鬆症教室のご案内

■第1回 8月5日（水）

骨粗鬆症とは：病態・検査・治療について【医師】
薬物療法：薬の種類・薬の飲み方【薬剤師】
生活環境：骨粗鬆症外来・日常生活の注意について【看護師】

■第2回 8月19日（水）

食事療法：栄養の基本と簡単なレシピについて【管理栄養士】
運動療法：ロコモティブシンドロームと転倒予防【理学療法士】

【時間】午後2時～3時

【場所】市立病院 北館 2階 栄養指導室

【申込方法】完全予約制です。市立病院Aブロックへ電話申し込み（平日午後2時から5時）または直接来院してご予約ください。

【定員】各回10人

【参加費】無料

【問い合わせ先】市立病院 Aブロック（☎82・0381）



■腎臓病教室（申込不要・参加費無料）

医師が腎臓病について説明します。

【日時】8月14日（金）

第2回目 1. 24時間蓄尿について
2. 慢性腎臓病のお薬について

【時間】午後2時～3時

【開催場所】市立病院 北館5階 図書室

※直接開催場所へお越しください



■糖尿病教室（申込不要・参加費無料）

糖尿病の診断から治療、合併症などについて5回シリーズで説明する、糖尿病教室を開催しています。患者さまやご家族だけでなく、糖尿病について知りたい方はどなたでも参加していただけますのでお気軽にお越しください。

【日時】各回午後2時～3時

①8月21日（金）糖尿病について

②8月28日（金）糖尿病の治療：食事療法

【場所】市立病院 北館2階 栄養指導室



■職員募集

■薬剤師（パート）：1人

採用試験：論文、面接
提出書類：履歴書（写真貼付）・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時
試験日：後日、受験者に連絡をします。
※勤務日、時間は相談に応じます

■看護師（パート）：3人

業務内容：病棟での看護業務（夜間）
対象者：資格取得者で、午後5時～翌午前9時まで勤務可能な方
採用試験：論文、面接
提出書類：履歴書（写真貼付）・職歴書・資格免許証の写し
応募締切：随時
試験日：後日、受験者に連絡をします。

■看護助手（パート）：1人

業務内容：手術室の清掃、滅菌業務、看護師補助業務
対象者：入職時に60歳未満の方
採用試験：面接
提出書類：履歴書（写真貼付）
応募締切：随時
試験日：後日、受験者に連絡をします。

■医師事務作業補助者（パート）：1人

対象者：ワード、エクセルの基本操作ができる方
採用試験：論文、面接
提出書類：履歴書（写真貼付）・職歴書
応募締切：随時
試験日：後日、受験者に連絡をします。
▶詳しくはQRコードをご覧ください。



♪♪みんなで楽しく子育てしませんか♪♪

子育て支援



8月 すくすくカレンダー

ID 000019

日	月	火	水	木	金
3	4	5 つどいのひろば (苑田野こども園)	6	7 子育て講座 「タヒチアンダンス」	
10	11 山の日	12	13	14	
17	18	19 キラキラタイム おはなし会	20	21	
24	25	26	27	28 幼児健診のため 午後12時から 開放中止	
31					

☞お話の日 ☞リズムの日(健康ポイント事業) 時間：午前10時30分～11時

★☞つどいのひろば(健康ポイント事業) 時間：午前10時～11時

プレイルーム開放※申込不要

市内在住および里帰りの就学前の乳幼児と保護者が、自由に遊べます。

【日時】月～金曜日（祝日は除く）午前9時～午後4時



キラキラタイムおはなし会 （毎月1回）※申込不要

図書館の方が絵本の読み聞かせにきてくださいます。

【時間】午前10時30分～11時



親子教室は、年齢別に保育をし、年齢に応じた遊びや子育ての情報提供を行います。
市内在住で令和5年4月2日～令和8年4月1日までに生まれたお子さんが対象です。
生後6か月から申し込みをしていただけます。
年間登録料として500円をいただきます。

子育て講座「タヒチアンダンス」の詳細は、広報うだ7月号またはホームページをご覧ください。

ID 0002057

母子保健 たまびよ

予防接種

内容	実施日	対象者	場所	開始時間
赤ちゃんのための予防接種説明会	24日（月）	令和8年7月生まれの児の保護者	こども家庭センター	午前10時

乳幼児健診

内容	実施日	対象者	場所	受付時間
4 か月児健康診査	19 日（水）	令和 8 年 4 月生まれの児	市立病院	時間を分けて 実施 ※ 個別に 案内します
10 か月児健康診査		令和 7 年 10 月生まれの児		
1 歳 6 か月児健康診査	28 日（金）	令和 7 年 1 月生まれの児	こども家庭 センター	
2 歳児歯科健康診査		令和 6 年 7 月生まれの児		
3 歳児健康診査		令和 5 年 2 月生まれの児		

ひよこクラス

実施日	対象者	場所	時間
5日（水）	令和8年4～6月生まれの児	こども家庭センター	午後1時30分～3時30分
21日（金）			
26日（水）			