

「救急の日」及び「救急医療週間」 9月9日は救急の日です。

今年は9月6日（日）～9月12日（土）までを「救急医療週間」と定めています。

○和歌山県救急医療情報センター

救急車を呼ぶほどでもなく、かかりつけ医が不在でどこの医療機関へ行ったらいいのかわからないときに24時間体制で最寄りの医療機関を案内してくれます。

◎救急用電話番号『073-426-1199』 ※歯科の診療時間外の案内は行っていません。

○子ども救急相談ダイヤル

夜間や休日に子どもが急病になったとき、すぐに病院へ行った方がいいのか、様子を見て大丈夫かなど判断に困った時に看護師（必要に応じて医師）が相談に応じてくれます。

◎携帯電話・プッシュ回線『#8000』

◎ダイヤル回線・IP電話『073-431-8000』

※平日は、午後7時から翌朝9時まで

※土日祝日・年末年始は、午前9時から翌朝9時まで

○救急受診アプリ（愛称『Q助』）

急病やけがで救急車を呼んでいいのか、自分で病院を受診すべきかの判断を助けてくれるアプリです。

利用無料で個人情報等の登録は必要ありません。スマートフォンの配信サービスからダウンロードして利用できるほか、パソコンでは消防庁のホームページから利用できます。

救急車を呼ぶかどうか迷ったときに役立つアプリですのでご利用ください。

救急車の適正利用にご理解とご協力を

救急車は重症患者を緊急に搬送するためのものです。

救急車を正しく利用し、緊急性の低い場合の利用はさけましょう。



9月になっても熱中症に注意しましょう。

新型コロナウイルス感染症予防を行いながら、引き続き熱中症予防を心がけましょう。



マスク着用により熱中症のリスクが高まります。

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかぬうちに脱水になるなど体温調節がしにくくなってしまいます。

屋外で人と2メートル以上の距離が確保できればマスクをはずすようにしましょう。

マスクを着用している場合は、強い負荷の作業や運動を避け、のどが渴いていなくてもこまめに水分補給を心掛けましょう。

エアコン使用中も、感染予防のためこまめに換気をしましょう。

エアコンを止める必要はありません

- ・窓とドアなど2か所を開ける。
- ・扇風機や換気扇を併用する。

※換気後はこまめにエアコンの温度を再設定してください。

