

春の全国交通安全運動標語

問 総務課 消防防災係
☎476-1111(213)

4月6日(月)～15日(水)まで『春の全国交通安全運動』が実施され、運動に先立ち町内の小・中学校に交通安全標語を募集し、多数の標語が集まり関係機関の審査の結果、下記の作品が受賞されました。

【小学校6年生の部】

学校	氏名	作品	結果
大崎小学校	はたい さいや 畠井 彩綾	「いそがなきゃ」 飛び出す心に ブレーキを	特選
野方小学校	よこがわ めぐ 横川 恵久	自転車も 夕日といっしょに ライト ON	入選
大崎小学校	のもと ろうが 野元 瑠我	飛び出すな 家族のなみだは みたくない	入選
大丸小学校	しんこくら まい 新小倉 母優	飛び出しで 悲しむ人が すぐそばに	入選
大丸小学校	はままつ はるき 濱松 春希	赤信号 命を守る 止まれの合図	入選

【中学校2年生の部】

学校	氏名	作品	結果
大崎中学校	ぬきぎ りな 抜木 里奈	どっちが大事!? スマホの画面と 一つの命	特選
	みやわき ゆう 宮脇 悠	ヘルメット 命を守る 必需品	入選
	ひだか ゆうき 日高 優希	「大丈夫」 そんな気持ちに ブレーキを	入選
	まえだ りょうが 前田 凌我	交差点 混んでるときこそ 冷静に	入選
	むらかみ たいしん 村上 大心	しめるのは 人生ではなく シートベルト	入選

健康かわら版

健康診断が鍵！不整脈の早期発見

不整脈とその症状

私たちの心臓は、生まれてからずっと、一刻も休まずに脈打っています。そのおかげで私たちは生きていくことができます。

正常な場合、平常時の脈拍は一分間におよそ60回から80回ほど。一分間に100回程度までは、正常範囲とされていますが、脈拍数がそれより多い場合や50回以下など極端に少ない場合は「不整脈」と考えられます。

何らかの原因で不整脈になると、心臓は規則正しい収縮を行えなくなり、脈が速くなったり(頻脈)、遅くなったり(徐脈)、脈が飛んでしまったりします。また、リズムがでたらめになる心房細動、心室細動ということもあります。

不整脈に現れる症状

動悸・息切れ・胸の不快感(苦しく感じたり、つまる感じがするなど)・めまいや立ちくらみ・疲労感・吐き気・場合によっては意

識を失うことも!

不整脈が軽い場合は、多くの人はほとんど自覚症状がありません。不整脈には、それほど心配いらない一時的なものから、突然死を招くような危険なものまで、様々なものがあります。不整脈の早期発見には、定期的な健康診断が効果を発揮します。

不整脈と健康診断

特定健診・長寿健診(集団健診)では対象者は心電図検査を無料で受けることができます。年に一度は健診で、自分の心臓の健康状態を確認しましょう!(健診の詳細は別途お知らせします)

簡単セルフチェック



人差し指、中指、薬指の3本を写真のように当てます。

- ・脈の回数
- ・リズムが規則的か、自分でチェックしてみましょう!