

熱中症は人類の持病

文／国保多古中央病院 内科 宇都宮隆法

多古中央病院では入院患者の多くが高齢の方ですが、夏場になると学生から働き盛りまで幅広い年代の方が入院されます。生活と職場の環境によっては、暑い時期は熱中症で体調を崩す方が多くなるからです。

人は熱くなると汗をかき、その水分が蒸発するときに体温が下がる現象を利用したり、皮膚の血管を広げて、皮膚表面から外気に発散させたりして熱を体外に出そうとします。

他の動物はどのようにして体温の上昇を防いでいるのでしょうか。犬は舌を出して時に人間の十倍以上に速く呼吸を繰り返すことで熱を体外に出します。猫は夜行性で、ネズミなどを捕まえるときには、追い掛け回すのではなく、待ち伏せすることで無駄な運動をせず、体温が上がらないようにしています。豚は汗をかく代わりに水浴びをしたり、地面に体をつけたりして熱を逃がそうとします。牛は暑さに弱く、夏は扇風機が手放せません。馬は人間と同様に汗をかきます。テレビなどで見ると白い泡のような汗をかいているのを見られることもあります。汗をかいて体温調節する方法は、素早く体温を下げる時に有効ですが、様々な動物の中で発汗を効果的に利用できる動物は非常に少数派なのです。



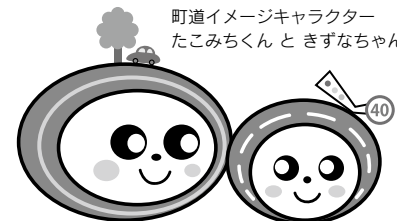
暑いときに馬と人間で、長距離走を競争すれば、人間が勝つこともあ

りません。人間は走りながらでも水分補給が可能なためです。汗をかくことの弱点は、水分と塩分を体外に出すことになり、どうしても水分と塩分の補給が欠かれません。夏の水分や塩分の摂取は野生動物が我慢できるときでも、人間では危険です。熱中症は人類の持病といえます。どれだけ汗をかくかは遺伝による影響も大きく、個人差があります。汗で水分が失われたところに、皮膚表面の血管が広がると、血圧がより下がりやすくなり、ポットとすることができます。「暑いときには水分を制限して汗をかかないようにしろ」と教わった方もいらっしゃるかもしれませんが、これは第二次世界大戦の時に日本から来た兵隊が、東南アジアの湿地で不衛生な水を飲んで下痢を発生するのを防ぐこととした時に作られた言葉だそうです。今の日本では時代も条件も違うので、水分と塩分は適切に取り、暑すぎる時はエアコンを積極的に利用しましょう。



6月10日(火) 午後4時 町道飯笹・西古内線「全線開通」

「町道飯笹・西古内線」は県道横芝下総線と県道多古栗源線を結ぶ町道です。今年5月末に飯笹～高津原間(1.5km)が完成したことで全線が開通します。この開通により西古内周辺から成田市方面へのアクセスがより便利になりました。



お問合せ●都市整備課土木管理係 ☎76-5407



多古町農業委員会委員一般選挙の日程をお知らせします

- ★投票日：7月6日(日) 【告示日：7月1日(火)】
- ★立候補予定者説明会
 - 日時●6月6日(金) 午後2時から
 - 場所●役場3階 大会議室
 - ※立候補届出書類は、説明会終了後も選挙管理委員会事務局(役場2階総務課内)にて随時配付します。
- ★立候補届出事前審査
 - 日時●6月24日(火) 午前9時から
 - 場所●役場3階 第5会議室
 - お問合せ●多古町選挙管理委員会 ☎76-2611



俳句

ふつくと白木蓮に風やさし
山桜花の数ほど生きのびて
春星や生きていることは燃ゆること
瞬けばまたひとひらの桜散る
かき回す珈琲の香や花の雨
山桜校舎の跡に咲き誇る
手を振って桜並木の一年生

短歌

八階のホテルの窓より見ゆる海広く風ぎいて舟影もなし
震災の慰霊のサイレンラチオから畑に手を止め黙禱ささぐ
ゆったりと庭の小池を覗き見て真白き猫は刻を待ちたり
枯芝の下萌え初めし庭隅に黄水仙は早も咲きをり
わが畑への道のり家より三〇〇歩台地は小鳥の囀り止まず
残されて三十年後に逝きし父遺影は若き母と並びぬ
しづく溜めあれが答と気付くまで庭の山桜雨にぬれるる

文芸コーナー

多古町マスコットキャラクター(夢キャラ)

2,000点以上の応募作品から選ばれた「夢キャラ」があなたの投票で決定します!!

投票期間：6月9日(月)～6月30日(月)
投票場所：多古町役場、多古町コミュニティプラザ、道の駅多古の3カ所に投票箱を設置します
投票用紙：各投票所に用意してあります

※投票をしていただいた方の中から抽選で決定した夢キャラのキャラクターグッズ関連商品をプレゼントします。また、6月22日(日)に開催される「第30回ふるさと多古町あじさい祭り」の第一・第二会場にも投票箱を設置しますので、ぜひ投票をお願いします。

お問合せ●企画財政課内「夢キャラ投票係」 ☎76-5409