智頭町のため・町民のみなさんのために
働きませんか？

平成25年度　智頭町職員採用資格試験

平成26年４月採用予定「一般事務」「土木技師」「保育士」の採用資格試験を次のとおり行います。

○受験資格

「一般事務」

八頭郡内及び鳥取市内在住者（出身者を含む）で、昭和53年４月２日～平成８年４月１日までに生まれた人

採用予定者……１人程度

「土木技師」

八頭郡内及び鳥取市内在住（出身者を含む）で、昭和48年４月２日以降に生まれた人で、測量士補、測量士、技術士建設部門及び土木施工管理技士のうちいずれかの資格を有するか平成26年３月末日までに資格を取得する見込みのある人

採用予定者……１人

「保育士」

八頭郡内及び鳥取市内在住者（出身者を含む）で、昭和53年４月２日～平成６年４月１日までに生まれた人で保育士の資格を有するか、平成26年３月末日までに取得する見込みのある人

採用予定者……１人程度

※全ての職種において、地方公務員法第16条に該当する人は、試験を受けられません。
また、日本国籍を有しない人は、活動に制限のない在留の資格を取得している人か、平成26年３月31日までにこの資格を取得する見込みのある人に限ります。

○一次試験

日　　時　９月22日（日）午前９時～午後２時（予定）
場　　所　八頭町郡家　八頭町立中央中学校
内　　容　教養試験、事務適性検査、職場適応性検査、作文試験

○二次試験

10月下旬から11月上旬に口述試験を行いますが、日時及び場所は第一次試験合格者通知の際にお知らせします。

○受付期間

７月29日（月）～８月16日（金）
申込用紙は、役場総務課で受領してください。（午後５時まで、郵送の場合は８月16日必着）

（注）合格者は採用候補者名簿に登載され、欠員があった場合、そのうちから採用されますので、合格者の全員が必ず採用されるとは限りません。

申込・問合せ先　役場総務課　長谷・村上　☎ 75 － 4111

熱中症は予防が大切！

予防方法は『水分補給』と『暑さを避ける』

熱中症とは…

高温環境のもとで労働や運動をしている時に体内に熱がたまり、体温調節機能が壊れて起る病気です。屋内・屋外を問わず、高温や多湿等が原因となって起ります。室内でも発症することがあり、高齢の患者が年々増加傾向にあります。

症状

熱中症の症状は様々です。

・顔色が悪くなる
・めまい
・体がだるい、疲労感
・頭痛、吐き気、嘔吐
・こむらがえり
・筋肉痛、筋肉のこわばり
・何回拭いても汗が出てくる
・顔面蒼白、血圧低下、失神
・奇怪な言動や行動
・高体温
・意識がない
・けいれん
・ショック状態

ひどい場合は、最終的に呼吸停止、心停止に至ることもあります。

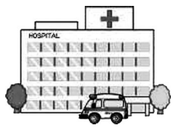
高齢者は特に注意！

のどの渇きを感じてなくても、こまめに水分補給をしてください。暑さを感じなくても、扇風機やエアコンを使って温度調整をするよう心がけましょう。エアコンを使わずに我慢していると熱中症が悪化する恐れがあります。

熱中症が疑われる人を見かけたら…

①涼しい場所へ避難させる
⇦
②服を脱がせ、身体を冷やす
⇦
③水分・塩分を補給する
⇦

自分で水分が摂れない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請し、病院へ行きましょう。



水分・塩分の補給

・こまめな水分摂取（0.2％食塩水、あるいはスポーツドリンク等）
・汗をたくさんかいたら塩分補給（0.9％食塩水＝生理食塩水）

外出時の注意

・屋外では木陰に入る、帽子をかぶるなど暑さ対策をする
・タオルを冷水でぬらして、ゆるめに絞って身体を拭く

体調に合わせた対策

・体調の悪い時には、無理に運動しない
・十分な睡眠をとる

熱中症になりにくい室内環境

・扇風機やエアコンで温度調整
・すだれ、打ち水など室温が上がりにくい環境の確保

※生理食塩水の作り方

0.9％食塩水
＝
1リットルの水
＋
9gの食塩

お知らせ

◇お盆休診

８月14日（水）は、お盆のため、外来を一斉休診とします。
※救急患者は診察いたします。

◇眼科診療日が増えました

６月18日（火）から毎週火曜日にも眼科診療を行っています。
受付時間
午前８時15分～11時30分
午後１時～３時
予約なしで診察します。
（水曜日・木曜日は今までどおり完全予約）

詳しくは、別途配布済の診療日程表を確認してください。

問合せ先　国民健康保険智頭病院　総務課　☎ 75 － 3211