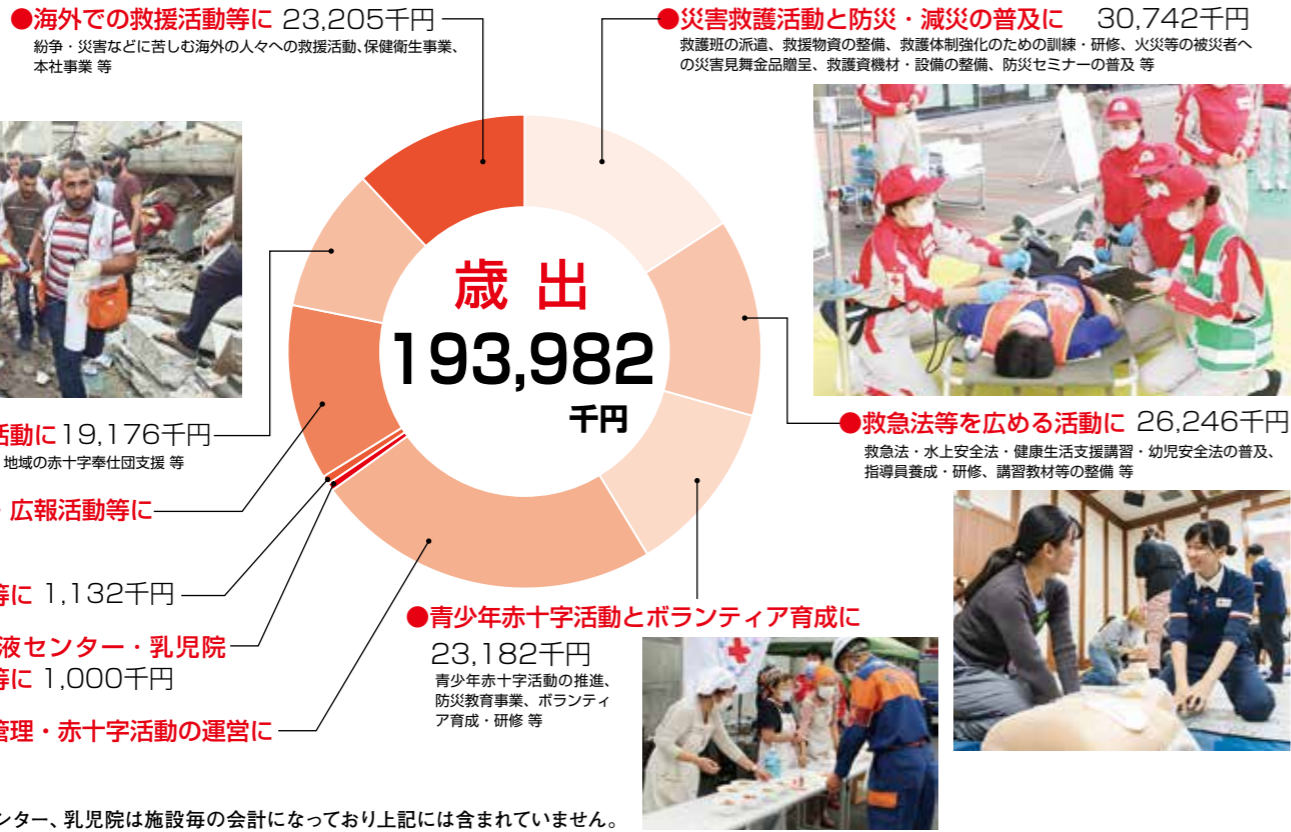


個人・法人の皆さまから寄せいただく活動資金（日赤会費・寄付金）を財源に実施を計画している日赤島根県支部の事業予算は以下のとおりです。



活動資金（日赤会費・寄付金）へのご協力ありがとうございました

3万円以上の活動資金にご協力いただき、掲載にご了解いただいた皆さまをご紹介します。（対象期間：令和7年8月～令和8年2月）

- |   |   |  |   |  |  |
|---|---|--|---|--|--|
| ● <b>松江市</b><br>石倉 清己<br>小田原 聖<br>小原 正嗣<br>景山 善弘<br>門脇 美保<br>澤本 浩<br>昌子 宗賢<br>田中 恵子<br>豊田 智恵子<br>中谷 三朗<br>野々村 健造<br>原田 有格<br>原田 美智子<br>丸山 理留敬<br>椋木 和雄<br>持田 秀穂<br>渡部 時子<br>（有）アルソアいとくま<br>（医）いきいき、クリニック<br>胃腸科内科田中医院<br>（有）エムエム<br>株式会社オネスト<br>カナツ技建工業株式会社<br>株式会社共立エンジニア<br>熊野大社<br>株式会社桑原塗装店 | （医）佐々木医院<br>山陰アスコン株式会社<br>山陰中央テレビジョン放送株式会社<br>島根計量協同組合<br>（一財）島根県建築住宅センター<br>島根県港湾漁港建設協会<br>（一社）島根県森林協会<br>島根県土地改良事業団体連合会<br>島根自動車株式会社<br>島根商事株式会社<br>株式会社島根東亜建物管理<br>松栄設備株式会社<br>株式会社正建工業<br>善福寺<br>（医）大学前のつ内科クリニック<br>株式会社大勢シェル<br>株式会社日西テクノプラン<br>株式会社野白保温<br>株式会社花みずきナースステーション<br>株式会社藤原技研工業<br>北陽警備保障株式会社<br>株式会社ホンダカーズ島根<br>株式会社松江ロード<br>未来へつなぐいのち島根県連盟<br>森のくまさんパン耳募金<br>龍覚寺<br>● <b>浜田市</b> | 大矢 真美子<br>曾我 悦子<br>高松 典正<br>平野 光徳<br>有栗栖水産<br>さかね食堂<br>第一建設工業株式会社<br>マルハマ食品株式会社<br>● <b>出雲市</b><br>吾郷 雄二<br>加藤 吉美<br>中澤 悦子<br>森脇 昭<br>安井 清<br>アルファ食品株式会社<br>株式会社十六島大敷<br>LCC株式会社<br>株式会社介護ショップもちだ<br>株式会社勝部農産<br>株式会社加藤板金工業所<br>株式会社山陰産業<br>株式会社須佐神社<br>株式会社永瀬<br>株式会社西工務店<br>株式会社日本環境プロジェクト<br>株式会社ネオプロジェクト<br>福岡商事株式会社 | 御井神社<br>（有）みしま<br>（有）ラウンド開発<br>● <b>益田市</b><br>大畑 寛明<br>三輪 知広<br>（有）幹建設工業株式会社<br>株式会社アットアイ<br>株式会社英成工業<br>（有）斉藤工業株式会社<br>株式会社クラプラント<br>株式会社三建技術<br>高津川森林組合<br>寺戸工業株式会社<br>● <b>大田市</b><br>大野 朝代<br>藤井 好文<br>安田 隆司<br>株式会社島根県食肉公社<br>物部神社<br>● <b>安来市</b><br>中田 佳代子<br>三澤 俊文<br>三澤 道江<br>株式会社アクアシステム<br>農事組合法人のきの郷<br>● <b>江津市</b> | 宮下 美壽<br>株式会社井上組<br>● <b>雲南市</b><br>株式会社ゼンキンメタル<br>（有）大東駅前薬局<br>● <b>奥出雲町</b><br>安部 正教<br>佐佐木 幸雄<br>立花 智恵子<br>株式会社安部<br>（協組）横田ショッピングセンター<br>● <b>飯南町</b><br>株式会社藤原建設<br>● <b>川本町</b><br>邑智郡建設業（協組）<br>邑智郡森林組合<br>● <b>美郷町</b><br>漆谷建設株式会社<br>● <b>邑南町</b><br>鹿野 好明<br>● <b>津和野町</b><br>佐山 一<br>永吉 義夫<br>● <b>海士町</b><br>梶見 節雄<br>● <b>隠岐の島町</b><br>中西 孝雄<br>株式会社隠岐商事<br>（有）事代丸 | 【ご香典からのご寄付】<br>● <b>出雲市</b><br>（故）矢野 喜子<br>[ACTION! 防災・減災協賛寄付]<br>● <b>松江市</b><br>エム・コーテック株式会社<br>島根水道株式会社<br>島根トヨタ自動車株式会社<br>● <b>出雲市</b><br>株式会社環境理化学研究所<br>株式会社コスモ建設コンサルタント<br>株式会社ミュージックオフィス河井<br>● <b>益田市</b><br>大畑建設株式会社<br>株式会社コガワ計画<br>高橋建設株式会社<br>中国道路株式会社<br>みつわ工業株式会社<br>株式会社ランドマック<br>● <b>大田市</b><br>石見銀山建設株式会社<br>*敬称略・順不同 |
|---|---|--|---|--|--|

※紙面の都合上ご紹介できませんが、この他にも多くの皆さまから活動資金にご協力をいただきました。心より御礼申し上げます。

「応急手当セット」を10名様にプレゼント!

①名前 ②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥本紙のご感想  
を明記のうえ、ハガキでご応募ください。

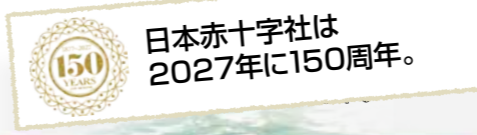
●応募先 〒690-0873 松江市内中原町40 日赤島根県支部 総務課  
●応募締切 令和8年7月24日(金)必着

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。  
また収集した個人情報につきましては、個人情報保護法及び日本赤十字社の個人情報保護規程に則り取り扱います。



しまねの赤十字

日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society



水上安全法

救急法

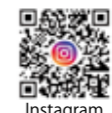
幼児安全法

健康生活支援講習

いのちをまもる勇気をつないだ100年これからも

島根の皆さまのご協力（日赤会費・寄付金）のおかげで、  
私たちは、大切な「いのち」を救う活動をつづけていくことができます。  
日ごろのご支援に心より感謝申し上げます。

想いの力を、  
救う力に。



# 「いのちを救う」講習事業を続けて100年になりました 今回、講習内容からお役立ち情報をお伝えします！！

## 救急法

熱中症は誰にでも起こる“身近な危険”。適切な知識と対応がいのちを守ります。

万一の事故・急病に備え、学校をはじめ、自治会や町内会等で役立てていただけるよう日赤島根県支部では、『出前講習』を行っています。



## 高温・多湿・風が弱い場所において、 熱中症!?と思ったら…

まずは熱中症にならないように…

### 熱中症を 予防しましょう！

- ・屋外では日陰、室内ではエアコンなどが効いた涼しい場所へ
- ・帽子を着用
- ・水分補給を
- ・栄養と睡眠を

### START

下記のような症状がありますか？

- ・めまい
- ・大量の汗
- ・気分の不快
- ・嘔吐
- ・虚脱感
- ・こむらがり
- ・頭痛
- ・吐き気
- ・倦怠感

以下は、重篤な症状です！

- ・意識障害
- ・けいれん
- ・手足の運動障害
- ・高体温

はい

### ●涼しい場所に避難

- ・本人が楽な体位に

### ●水分補給

- ・経口補水液、スポーツ飲料など



### ●体を冷やす

- ・マスク\*や厚い衣服は脱がせ、体から熱をにがす
- ・体の表面に水をかけて風を送る

\*できる限り感染防止に努めたうえで、マスクをとりはずしましょう。

ただちに

症状に改善が見られない

症状が改善

高度な治療ができる病院へ！

体調をよく観察し、  
休養しましょう！

「様子がおかしい」とと思ったら、119

日本赤十字社  
赤十字救急法講習より

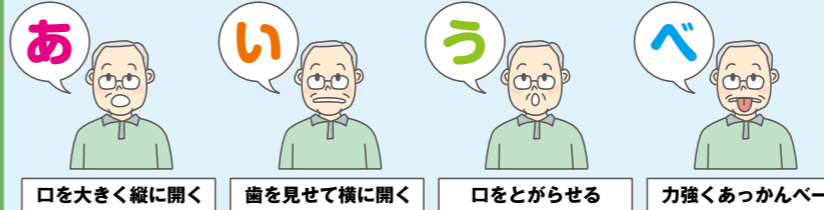
## 健康生活支援講習

口のチカラ、放っておくと衰えます。だからこそ衰える前に“健口体操”に取り組み、口腔機能の維持を心がけましょう！

### 健口（口腔）体操

口腔機能が低下しないように、または低下した口腔機能を向上させるための体操が健口体操です。

### ～あいうべ体操～



口を大きく縦に開く 歯を見せて横に開く 口をとがらせる 力強くあっかんべー

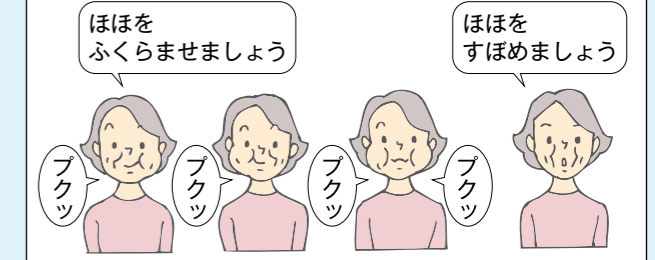
- できるだけ大きく「あ～い～う～べ～」と動かす
- 1セット4秒後前後のゆっくりとした動作
- 1日30セットを目標に！（例えば、毎日食事前に10回ずつ…等）

### 期待できる効果

- あ アレルギーなど
- い インフルエンザなど呼吸器の病気
- う うつなどこころの病気
- べ 便秘などお腹の病気

高齢になると口の周りの筋肉や顎や舌の動きが低下して、咀嚼や嚥下などの口腔機能に支障をきたすことがあります。噛み応えのある食事を意識したり、口腔体操を取り入れるなど口腔機能維持を心がける必要があります。

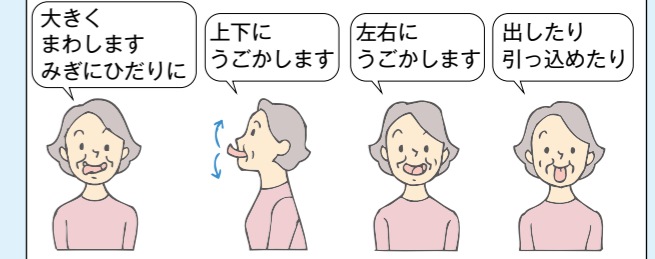
### 頬の運動



### 唾液腺のマッサージ



### 舌の運動



## 令和8年1月6日の島根県東部を震源とする地震の対応

令和8年1月6日10時18分頃、島根県東部を震源とする最大震度5強の地震が発生しました。この地震に伴い、被害にあわれた方々に心よりお見舞い申し上げます。日赤島根県支部では、地震直後から災害警戒本部を設置し、情報収集をはじめ、救援物資の準備・搬送を実施いたしました。

### 支部初動対応・リエゾン（連絡・調整員）派遣



◀被害状況の確認  
県内の市区町村の被害状況に応じ、救護班や救援物資の要請に対処します。



### 県内関係機関との連携▶

リエゾンを県庁（県災対本部）に派遣し、各機関で把握した情報を共有します。

### 救援物資の搬送準備



▲救援物資の保管倉庫  
救援物資の要請に対処するために、各種物資を備えています。

### 救援物資の一例



◀緊急セット  
（携帯ラジオ、懐中電灯等）



▶安眠セット  
（キャンピング枕等）

### 避難所用の救援物資の搬送



▲安来市社会福祉協議会（日赤安来市地区）へ搬送  
要請に基づき、安来市内で開設された避難所で配布をする毛布50枚・安眠セット50セット・緊急セット24セットを搬送しました。