

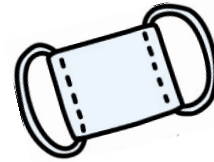
降灰時の心がけ（健康編）

火山灰による健康への影響は

ほとんどの噴火では、火山灰が健康被害を起こすことは少ないとされていますが、大量の火山灰にさらされた場合は、**せきの増加など呼吸器系への影響、目の痛みやかゆみなどの症状**があります。まれに、火山灰が酸性のため皮膚の炎症を起こす人もいます。

ぜんそくや気管支炎、肺気腫など肺に問題がある人や深刻な心臓疾患がある人は特に注意が必要です（防災科学技術研究所発行【火山灰の健康影響】より）。

降灰がひどい時の予防策は



- ★ 出来るだけ外出を控えましょう。
- ★ 外出する必要がある場合は、マスク、帽子、長袖を着用しましょう。傘なども利用しましょう。
- ★ 火山灰の清掃作業を行う人は、マスク（できれば防塵マスク）とゴーグルを着用しましょう。

普段から気をつけること



- ★ 外出から帰ったら、うがいをしましょう。
- ★ 顔、手などについた灰は洗い落としましょう。服についた灰も家に入る前に払い落としましょう。
- ★ 灰が目に入ったら、こすらずに、きれいな水で洗いましょう。取れにくい時は、眼科医等で診てもらいましょう。コンタクトレンズを着用している人は、目の引っかき傷等を防止するために、降灰時はコンタクトレンズを外すなどの予防策をお勧めします。
- ★ 灰を吸い込んだことによる呼吸器系の症状が出た場合や、その他心配な場合は最寄りの医療機関で診てもらいましょう。

降灰による健康相談窓口を設けました

都城市		
健康課	電話	23-2765
東部保健センター（高城保健センター内）	電話	58-6800
西部保健センター（高崎福祉保健センター内）	電話	62-4411
都城保健所	電話	23-4504