

## 消防だより



お問い合わせ 上ノ国消防署 ☎0139-55-2071

### ヒートショックに気をつけよう!!

秋になり、気温が低くなってきました。気温が低くなると救急出動が増えてきます。その原因の1つとして『ヒートショック』があります。

今回の消防だよりはヒートショック予防についてです。

#### ●ヒートショックとは？

ヒートショックとは、家の中の温度差により血圧の急上昇や急降下が発生し、失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞、脳出血などが起きることを言います。

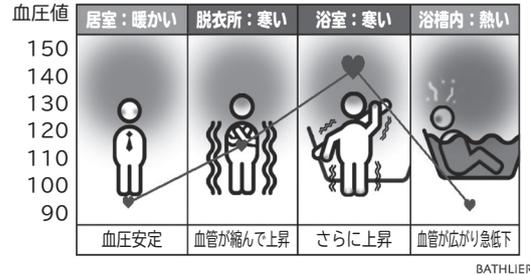
#### ●どんなところでヒートショックが起きるのか？

暖かい居室からトイレに行くと、室温差に思わず震えてしまうことはないでしょうか？この気温差が、ヒートショックを引き起こす原因になります。暖かい部屋から寒い浴室に移動すると、身体は室温の急激な変化から体温を調節するために、ブルブルと筋肉を震わせて熱を作ります。そうすると、身体は血管を細くして熱を外に逃がさないように調節します。血管が縮むと、血液が流れにくくな

るので、血圧は急上昇します。しかし、浴槽の温かい湯につかることで、血管は拡張し、急上昇した血圧が、今度は急激に低下してしまうのです。これがヒートショックに繋がります。

#### ●ヒートショックが置きやすい場所

ヒートショックを起こしやすいのは、特に冬場の冷え込んだトイレ・洗面室・浴室など、極端な温度差がある場所です。



#### ●ヒートショックを起こさないための予防

- 入浴前と入浴後に水分を補給する
- 食後1時間以上空けてから入浴する
- お酒を飲むなら入浴後に
- ゆっくり温まる
- 部屋間の温度差をなくす

**ヒートショックは命にガガワります。  
予防策をとって、ヒートショックに備えましょう!!**

## INTERVIEW

### まちのひと紹介 第5回 おだ たかと 尾田 孝人さん(字桂岡) 『人は情報を味わう』



氏名：尾田孝人  
年齢：78歳  
趣味：釣り・音楽

尾田さんは桂岡地区で農業を営み、現在はナタネ油の生産販売に力を入れている方です。

その商品は、渡島檜山の道の駅やコープさっぽろなどで常時販売されているほか、道内外の特産品イベント、最近では東京池袋の東武百貨店などのイベントにも出品され、ネット通販も活用するなど、各地で好評を博しています。

好評の理由は、まず人が食材を選ぶ際は、『味』と『健康』とともに、『物語』も欲しがっていることを重要視しているとのことで、生産者が顔を出し、どのように作られているか分かりやすく冊子で配るなど、信頼を得るための努力が受け入れられ、そのことから顧客を獲得しているとのことです。

このナタネ油の商品化のきっかけは、町議会議員時代に立ち上がった『天の川菜の花プロジェクト』で、これは松前の桜まつりのように、上ノ国でも景観を主とした観光振興の視点で始まったものですが、咲き終えた菜の花の利活用に目を向け、ナタネで油を作れないかというところが出発点だったとのことです。

尾田さんは、低価格商品では大手と競合し太刀打ちできないことから、あえて手間のかかる手作り生産にこだわり、遺伝子組み換えでない国産種を使い、化学肥料・農薬等を使わない栽培で、コストをかけつつも、購買層を『高くても健康にいい商品を買う』層に設定し、高品質商品を作ることに注力したとのことです。

大手では、同様の商品を生産しようとしても大きな中間コストを抱え、最終的な価格を押し上げますが、尾田さんは少ない生産量ながら個人農家ゆえに中間コストを圧縮し、大手では実現できない価格帯で販売することで、市場の隙間を突くことが出来たのではないかとのことでした。

今後、こうした情報発信や商品開発の手法が広がり、地域の農産物の高収益化に繋がることが期待されます。

