

熱中症に注意！！

今年は、10 年に 1 度の猛暑とされています。

熱中症の約 4 割が、住宅等で発生しています。

熱中症にならないため、室内にいてもこまめに水分を取り、エアコンを使いましょう！

特に、高齢者は、暑さに対する感覚機能が低下しているため、熱中症のリスクが高くなりますので、ご家族や周囲の人々による見守りや声かけ等が重要です。

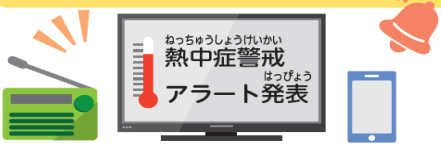
めまい、吐き気などいつもと様子が違うときは、ためらわず救急車を呼びましょう。



参考：環境省熱中症
予防情報サイト

●●● 熱中症予防行動をとりましょう ●●●

ねっちゅうしょうけいかい
**熱中症警戒アラートを
チェック！**



みまも こえ
見守り・声かけ！



てきせつ つか
適切にエアコンを使おう！



すいぶん えんぶん ほきゅう
こまめに水分・塩分を補給！

