



<消防本部からのお知らせ>




熱中症 は予防が大切!

これから暑い夏がやってきます。
稲敷広域消防本部では、令和元年中に熱中症の傷病者を195人搬送しました。
熱中症は予防法を知れば防ぐことが可能です。

そこで熱中症を防ぐ **3つのポイント** を紹介します。


のどがかわいてなくても



水分補給を!


喉が渴いたと感じる前に水分・塩分補給を実施してください。

暑さを避けよう



適切にエアコンを使用し、外出時は日傘の使用や帽子の着用など、暑さを避ける工夫が必要となります。

暑さに負けない体力をつけよう



日頃から、バランスの良い食事を摂ることや体力づくりを心がけましょう。

熱中症は予防法を知れば防ぐことが可能です！
また、小さなお子さんや高齢者は体温調節が苦手なので、熱中症になりやすく注意が必要です。
3つのポイントに注意し、楽しい夏を過ごしましょう！

◎熱中症の詳しい情報は総務省消防庁HPへ



■問合せ 稲敷広域消防本部救急課 ☎0297-64-3846
龍ヶ崎市3571-1、HP (<http://www.inashiki-kouiki.jp/>)

HASHIMOTO BRUSH 各種産業用ねじりブラシ専門製造
株式会社 橋本ブラシ製作所



〒300-0425 茨城県稲敷郡美浦村興津1133-6
TEL:029-885-5125 FAX:029-885-7738
E-mail:info@hsmt-brush.co.jp URL <http://www.hsmt-brush.co.jp>

思いやりある、お葬式を

セレモニー博善

家族葬会館 霞風
美浦セレモニーホール

☎029-885-3085 美浦村受領 875-1
国道125号線沿い中央病院そば

セレモニー博善 検索