



<消防本部からのお知らせ>



熱中症を防ぐ4つのポイント

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3年中に熱中症の傷病者を110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 **4つのポイント** を紹介します。

正しくマスクを
はずしましょう

屋外で人と十分な
距離（少なくとも
2m以上）が確保
できる場合には、
マスクをはずすよ
うにしましょう。

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。

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。

暑さに負けない
体力をつけよう

日頃から、 balan
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。

この4つのポイントに注意し、楽しい夏を過ごしましょう!



■問合せ 稲敷広域消防本部救急課 ☎0297-64-3846
龍ヶ崎市3571-1、ホームページ(<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>

家族葬のセレモニー博善
美浦セレモニーホール / 家族葬会館 霞風

相談だけでも
お気軽に!

☎029-885-3085 美浦村受領 875-1
カスミ美浦店、美浦中央病院そば

(広告欄) 広告に関する一切の責任は各広告主に帰属し、村がその内容について推奨等をするものではありません。