

今年も暑い夏を迎えます！

～熱中症予防は日頃の心がけから～

下呂市消防本部&市民保健部からのお知らせ

みなさん、今日は暑くなりますよー！

水分補給をして、絶対無理をしないでくださいねー！

健康課

大丈夫！

まだ疲れとらんし、やりたい事全部やれそうや

帰ってからたくさん飲むで

**大丈夫
大丈夫**

今日は熱中症警戒アラート出とらんし、まだ午前中やで
大丈夫やな

**その大丈夫、
全然大丈夫ではありません！**

◎昔よりも気温が上がっていること

◎年齢による変化で、暑さを感じにくくなること

→ “大丈夫やろう” と思っていたのに、突然倒れられる方が多くみえます…。また、その後、体力が戻らない方も多いです。

熱中症は予防できる災害です！

①外仕事は、早朝や夕方に短い時間で

②こまめに休憩と水分補給を

熱中症予防情報サイトは、こちらから →



【問合せ先】・救急指令課 (25-6199) ・健康課 (24-2222)