

＜ 毎日異常な気温が続いています ＞

水分の補給を十分に行い、屋内も危険です、室温に注意して扇風機・エアコンを使用し熱中症にならないようにしましょう。

電気料金が値上げされていますが命を守りましょう。

お出かけの際は帽子をかぶる・日傘を使用するなど暑さ対策を十分に行い熱中症の注意・予防を行いましょう。

熱中症の予防と症状

熱中症の予防

- 水分+塩分をこまめに補給 (の味が濃い水でも補給)
- 体を冷ます
- 涼しい服装、帽子

熱中症の症状と対応

- 症状がおおしい意識がもうろう
- すぐに119番!!
- くったり、めまい、けいれん
- 同じ通いの場所と休ませる
- 冷やす、水分補給

特に注意が必要

- 高齢者、聖母院、肥満
- 暑さを感じにくい人、体調不良の人
- 周りに気にかかる人はいませんか?
- 気温の高い日、急に暑くなった日
- 車やテント内の温度をチェック!!

健康 日 予防

み絵るヘルプ for 熊本地震 2016/5/13 #health_b_001

夏祭りのボランティアの方を募集します!
子供のえがおを作るお手伝いをしていただける方は
センター事務所までお電話ください。
月・火・木・金9:30~12:30 TEL 04-7154-5426

ふるさとセンター夏季休館日のお知らせ!!
8月11日(金)~17日(木)の期間
ふるさとセンターを休館いたします。

西原第四町会ふるさとセンター

〒277-0885 柏市西原3-8-46 Tel&Fax 04-7154-5426
メールアドレス : nishihara-d4@b50.blowth-net.co.jp