

熱中症に じゅうぶん注意しましょう!



① 熱中症とは

体から出る熱よりも
入る熱が多くなると
体に熱がたまり
熱中症を引き起こし
ます。

入る熱 > 出る熱
体に熱がたまる

熱中症



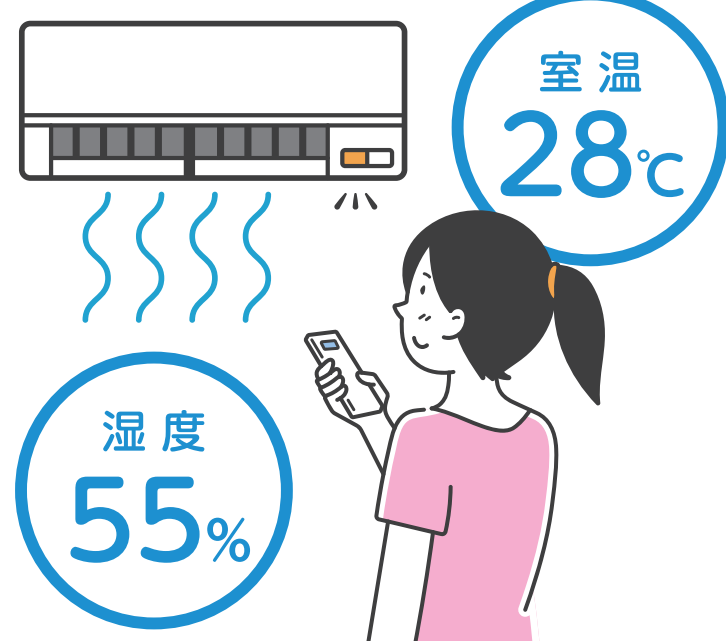
こんな日は特に注意!

- ① 暑くなり始めや急に暑くなった日
- ② 暑さだけでなく湿度も高い日
- ③ 熱中症警戒アラート等が発表された日

地球温暖化の進行により、猛暑日の日数が増加傾向にあり、
熱中症のリスクが高くなっています。

② 熱中症の予防

① 暑さを避けよう!



② 水分と塩分を補給!



いざという時は、**クーリングシェルター**へ

2024年4月より
新たに運用が始まった

熱中症特別警戒アラート
の発表で解放されます



このマークが
目印!



③ 熱中症かも

① めまい・立ちくらみがする

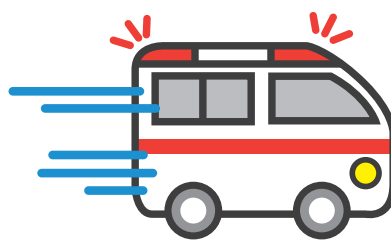
② 頭痛・吐き気がする

③ 意識障害・運動障害は重度の恐れ!

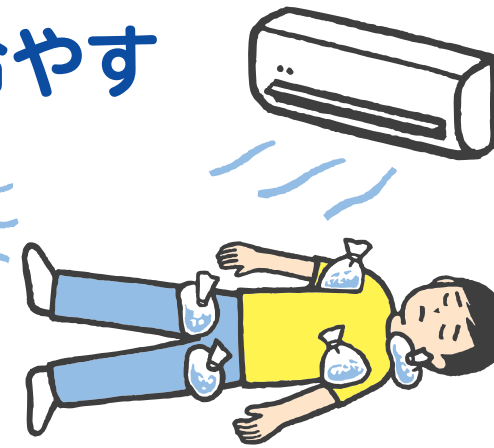
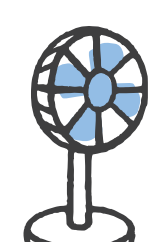


熱中症の応急処置

① 意識がない人が
いたら、すぐに
救急車を!



② 涼しい場所に避難し、
衣服をゆるめ、
体を冷やす



詳しくはこちらを検索!



富山県 熱中症予防



- ◆ 熱中症予防行動に関すること
厚生部健康課: Tel.076-444-3222
- ◆ 気候変動適応法に関すること
生活環境文化部環境政策課: Tel.076-444-8727

