

## 早めの熱中症対策を!

6月に入り、湿度が高く暑い日が増えてきています。今の時期は、急激な温度変化に慣れておらず熱中症になりやすい時期ともいえます。

また、湿度が高いと発汗による体温の放熱がうまくいかず、あっという間に熱中症に陥ってしまいます。そこで、次のことを参考に熱中症対策を行きましょう。

### 暑さを避ける、身を守る

屋内では

- ・ 扇風機やエアコンで温度を調節する
- ・ 遮光カーテン、ブラインドを利用する
- ・ 室温をこまめに確認する

屋外では

- ・ 日傘や帽子を着用する
- ・ 日影を利用、こまめな休息をとる
- ・ 天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える

体の蓄熱を避けるために

- ・ 通気性のよい、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する
- ・ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす



### こまめに水分を補給する

屋内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する。

### 子供の熱中症に注意!!

夏場の車内の温度は、短時間で高温になります。

- 少しの間でも子供を車内に残さないようにしましょう。
- 子供が、自分で内鍵をかけたり、車の鍵で遊んでいて誤って、ロックボタンを押してしまい閉じ込められる事故が発生しています。車を降りる際は、鍵を待っておきましょう。

## トピックス

# 三社祭消防特別警戒を実施

令和4年5月20日（金）から5月22日（日）までの間、三社祭に伴う、消防特別警戒を実施しました。

規模は縮小されていましたが、コロナ禍に負けず、活気あふれる以前の三社祭に近づいてきたように思いました。



### 日本堤消防署管内の災害状況[令和4年中] (令和4年6月1日現在)

火災件数	16件
焼損床面積	1㎡
救助件数	70件
救急件数	2,511件

### お問い合わせはこちらまで

日本堤消防署 03-3875-0119

日本堤消防署二天門出張所 03-3845-0119

日本堤消防署今戸出張所 03-3873-0119

E-mail nihondutumi2@tfd.metro.tokyo.jp

メールマガジンについてのお問合せは日本堤消防署警防課防災安全係にて受け付けております。