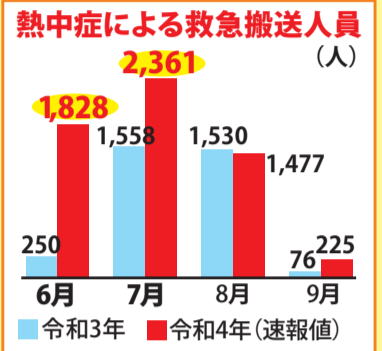




ストップ! 熱中症



熱中症は、気温や湿度が高い環境にいて、体温の調節がうまくいかず、めまい、吐き気、頭痛などの症状が起こり、重症化すると命の危険があります。屋外だけでなく室内でじっとしていても発症することがあるので注意が必要です。これからの季節、梅雨の合間の突然気温が上昇する日や高温多湿の日が発生する頃から、熱中症による救急搬送が多くなると予想されます。夏本番前の今から、熱中症の正しい知識を身に付け、熱中症予防対策をお願いします。



熱中症にならないために...

汗をかく習慣を身につけ暑さに体を慣らしていく。



早めにこまめに水分補給を。

高温・多湿・直射日光を避ける。室内ではエアコン利用も。



熱中症になってしまったら...

※めまい・吐き気・頭痛・しびれなどは熱中症の初期症状です。

衣服をゆるめ、皮膚を濡らして、扇風機などで体を冷やす。

保冷剤や氷枕をタオルでくるんで脇の下や大腿部の付け根に。



経口補水液やスポーツドリンク等で水分補給を。

※自分で水分補給ができない場合は、すぐに救急車を呼び、病院を受診してください。

熱中症かな? と思ったときは...

以下のガイドで、症状に基づく緊急度や受診できる医療機関などが確認できます。

▶「#7119」

東京消防庁救急相談センター

24時間365日、相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が救急車の必要性や受診可能な医療機関の案内などを行っています。

▶東京版救急受診ガイド



インターネットで利用者が自ら症状に基づく緊急性や受診する時期、受診する科目などを確認することができます。

冊子は消防署で配布しています。

東京消防庁公式アプリ

公式アプリでもご覧いただけます。ぜひダウンロードをお願いします。

このような症状がある場合は迷わず119番を!



意識がない



うまく動けない、言動がおかしい
麻痺がある



キュータが答える! 熱中症Q&A!

暑い夜、就寝中に熱中症になる可能性はありますか?



夜の屋内でも熱中症になることはあります。エアコンなどで部屋を涼しくし、就寝前や起床後に水分補給をしてください。



令和4年の救急出場件数が過去最多!

救急要請が集中すると、救急車の到着が遅くなる場合があります。救急車が早く必要な人のもとへ到着できるよう、**適時・適切な利用**をお願いします。



令和4年/(速報値)
872,101件
令和3年:743,703件
約半数は入院不要の軽症者



危険物安全週間

6月4日(日)~6月10日(土)

ガソリンや灯油のほか、身近には消毒用アルコールやマニキュアなどの危険物があります。引火性が高く、火災などの恐れがある危険物について知っておきましょう。



灯油

消毒用アルコール

着火剤など

スプレーや化粧品

車の燃料



5年に一度のビッグイベント!



東京国際消防防災展2023

Tokyo International Fire and Safety Exhibition 2023

開催

東京ビッグサイト

東5・6・7ホール、東棟屋外展示スペース、有明西ふ頭公園沖合
江東区有明三丁目11番1号



[会場アクセス]
りんかい線「国際展示場」駅下車 徒歩7分
ゆりかもめ「東京ビッグサイト」駅下車 徒歩3分

2023年6月15日(木)～6月18日(日) 午前10時▶午後5時 ※最終日は午後4時30分まで <https://www.fire-safety-tokyo.com/jp/index.html>

入場無料

消防・防災に関する展示が目白押し! 楽しみながら防災について体験し学べます!

屋外会場

演技

東京消防庁消防部隊や
在日米海軍消防隊による
消火・救助演技



6/17-18
土日限定 水上演技

展示

在日米軍消防隊や
東京消防庁の特殊車両の展示



体験



お子様が楽しみながら
消防に触れ合える
ミニカー乗車など

屋内会場

関東大震災の特設展示・講演会



関東大震災100年

幾多の災害を乗り越えてきた東京
備えよう、明日の防災

令和5年9月1日、東京都は関東大震災から100年の節目を迎えます。本災害の教訓や現在の震災対策などについて、映像放映や展示、講演などで幅広く紹介します。この機会に、いざという時に役立つ「防災行動力」を身に付けましょう。

イベント 楽しいイベントが盛りだくさん!

◆オープニングイベント
関根麻里さんによるトークイベント
[6/15]



タレント
関根麻里さん



◆エレクトーンスペシャルステージ
[期間中毎日、数回実施]
・ストリートエレクトーンの展示
株式会社ヤマハミュージックジャパン

◆ポップヴァイオリニスト
式町水晶さんによる
スペシャルコンサート [6/16,17]



◆裸足で遊ぼう!!
全身キッズプログラム [6/17,18]

◆かいじゅうステップ
SDGs大作戦ショー
[6/18]



©円谷プロ
©かいじゅうステップ ワンダバダ製作委員会

その他、消防防災に関する多彩なイベントをご用意してお待ちしております。

屋内展示会場



VR防災体験

応急救護訓練

前回2018の様子

◎専門家による講演にぜひご参加ください◎

6月15日(木)

普段も災害時も役立つ防災クッキング & お湯ポチャレシビ
管理栄養士・防災士
今泉 マユ子さん

6月16日(金)

関東大震災 1923年、東京は被災地だった
名古屋大学 特任教授
武村 雅之さん

6月17日(土)

命を守る 3つの「ない」と3つのポーズ
慶應義塾大学 准教授
大木 聖子さん

6月18日(日)

地震の不思議 ミニ実験で調べよう
日本地震学会 学校教育委員会・普及行事委員会

企業展示

国内最大級の消防防災の展示会に国内外の関連企業が集結し、最新の技術が披露されます。

同時開催

◆地震学会特別シンポジウム
主催:公益社団法人 日本地震学会
日時:6月16日(金) 午前10時～正午
場所:東京ビッグサイト会議棟6階

◆学んでみよう 世界と日本の災害・防災
主催:独立行政法人日本学生支援機構
日時:6月18日(日) 午前10時～午後3時
場所:東京ビッグサイト会議棟6階

お楽しみプレゼントコーナー

ご応募いただいた方の中から抽選で119名様に、「東京消防庁オリジナルエコタンブラー」をプレゼント!!

[応募方法] ハガキまたはメールに ①住所 ②氏名 ③広報とうきょう消防をご覧になった感想をご記入のうえ、下記宛先またはメールアドレスまでご応募ください。

[締切] 令和5年6月19日(月) 必着 ※応募は1人1通まで
[当選発表] プレゼントの発送をもって発表といたします。
※当選者には1個(色は選べません)差し上げます。

[宛先] 〒100-8119 (住所不要) 東京消防庁広報課「広報とうきょう消防」編集担当
[メールアドレス] oubo@tfd.metro.tokyo.jp

※応募の際にご記入いただきました個人情報につきましては、抽選及びアンケート集計事務にのみ使用いたします。



あなたのご応募お待ちしております!



東京消防庁ホームページ
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/>

東京消防庁Twitter
@Tokyo_Fire_D

東京消防庁Facebook
@TokyoFireDepartment



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。