

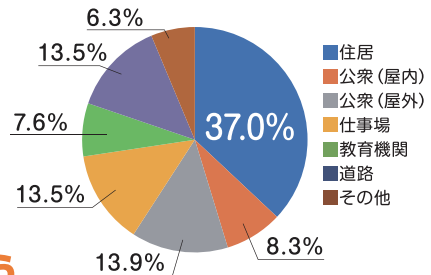
# 暑い夏、熱中症は用心に怪我なし!

◆**熱中症とは**… 高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく、室内で何もしていない時でも発症します。

◆**熱中症の症状** ○めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い  
○頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、いつもと様子が違う  
**重症になると**…  
○返事がおかしい、意識消失、けいれん、体が熱い

**熱中症は、室内でも多く発生しています。夜も注意が必要です。**

熱中症の発生場所 (2017年)  
「消防庁/熱中症による救急搬送者の状況 2017年」より作成

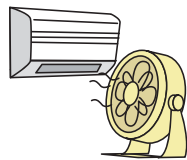


☑ **予防法ができていないかをチェックしましょう。**

こまめに水分補給をしている



エアコン・扇風機を上手に使用している



シャワーやタオルで体を冷やす



部屋の温湿度を測っている



暑い時は無理をしない



涼しい服装をしている  
外出時には日傘、帽子



部屋の風通しを良くしている



緊急時・困った時の連絡先を確認している



涼しい場所・施設を利用する



※環境省リーフレットより

■ 問合せ 保健福祉課 ☎ 47-8007

## エコチャレふくい

環境ふくい推進協議会と福井県では、2030年度までに温室効果ガス排出量を28%削減(2013年度比)するという目標を達成するため、日常生活、事業活動、自動車利用、環境教育の各分野において、地球温暖化防止の活動の輪を広げる**地球温暖化ストップ県民「LOVE・アース・ふくい2030」**を展開しています。



**エコチャレふくいとは「誰でも手軽にできるエコなチャレンジ!!」**

ご家庭でも、企業でも、地域でも、無理のない範囲で省エネ活動を実践し、皆さんとともに明日の地球を救いましょう!

**気軽にエコチャレ♪**

### 打ち水大作戦

誰もが手軽に楽しくできる地球温暖化対策の取り組みです。できるだけ使った水や川の水を使用して、各ご家庭、事業所の玄関や入口に打ち水をしましょう。



開催日時 **8月5日(月)～8月11日(日)** 午前7時ごろと午後5時ごろの2回(雨天中止)

■ 問合せ 建設整備課 ☎ 47-8003