



No.1275 平成24年7月25日



熱中症に気をつけよう 健康づくり支援課

健康づくり支援担当 面229-4121

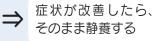
熱中症にかかりやすい季節です。水分補給などで予防をすることが大切 ですが、もし症状が現れてしまったら…。そのときの対処法を紹介します。

対 処

めまい、立ちくらみ、こむら 返り、汗が止まらないなど

塩分の補給、 服を脱ぐ、

.....



頭痛、吐き気、体がだるい、 虚脱感など

自分で水が飲めない 場合はすぐに病院へ

.....

まっすぐに歩けない、体がひ きつる、意識がないなど

すぐに救急車を要請、その後涼しい 場所で体を冷やす

2012年、川越市は市制施行90周年

「熱中症予防5つの声かけ」を実践して熱中症対策!

①温度・湿度に気を配ろう②飲み物を持ち歩こう③休息をとろう

④栄養をとろう⑤声をかけ合おう



災行政無線の音達調査を実施します: 京電力株式会社に放射性物質対策費用を請求 8月2日休、 7月30日~8月31日に試験放送を行います 市が支出した対策費用約790万円を請求しました。 戸川越マラソン2012 午前10時から申し込みを開始します 参加者募集

5

2

議会だより」が折り込まれています

25日発行の広報川越は、

翌月の行事などをお知らせしています