



真夏ではなくても要注意！！

熱中症に注意しましょう！！



可茂消防管内では、毎年多くの方が熱中症(暑熱環境で発生する障害の総称で、熱失神、熱疲労(熱ひはい)、熱射病、熱けいに分けられる)の症状により救急搬送されています。

その中でも、農作業中の高齢者による熱中症が特に多く発生しています。

個人差もありますが、高齢者の場合には、体内の水分不足を感じるセンサーの反応が悪くなり、喉が渇いていなくても実際には水分が不足してしまっている事も多くあります。

熱中症を予防するために

- ・喉が渇いていなくても、屋外での作業前や合間にはこまめに水分補給、休憩を入れる。
(水やお茶ではなく、スポーツ飲料などが良い。
最近では、熱中症予防専用飲料も販売されています。)
- ・気温が上昇する日中を避け、朝・夕に作業を行う。
- ・節電も大切ですが、屋内ではエアコンや扇風機などを活用し、体温の上昇を抑える。(風通しを良くする)

応急手当の方法

- ・日陰などの涼しい場所へ移動させます。
- ・着ている服やベルト等を緩めて、安静に寝かせます。
- ・意識があれば水分を摂らせます。
- ・扇風機・うちわなどで体を冷やします。
- ・氷・アイスパックなどで、頭や首、腋の下、脚の付け根など太い血管に当てて冷やす。



こんな場合は迷わず救急車を・・・

- ・異常な発汗がある、真っ赤な顔をしている。
- ・意識がない、言動がおかしい(様子がおかしい)、またはケイレンをしている。

自転車運転者講習制度が始まりました

平成27年
6月1日から



自転車運転中に
危険なルール違反
をくり返すと

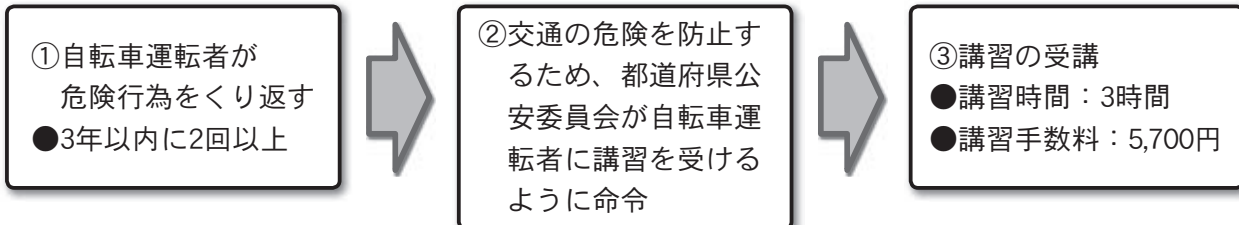


自転車運転者講習を受けることになります。

講習の対象となる危険行為とは…

- ・信号無視
- ・一時不停止
- ・酒酔い運転
- ・ブレーキ不良自転車運転
など

講習制度のながれ… ※受講命令に違反した場合 …5万円以下の罰金



自転車 安全利用 五則

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
5. 子どもはヘルメットを着用



安全運転!