

イワくんの ちょっとイワせて

第6回



イワくんどうしたの？

最近、暖かくなってきて、外に出たくなるよね。でも夏は、日差しが強くて熱中症になったら困るから、室内でひゃっぴい体操してるんだ。気温が上がっても、室内だったら大丈夫なんだよね？



イワくん勉強中！

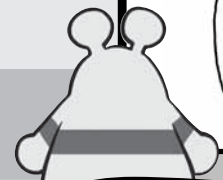
イメージ
熱中症 = 屋外 ⇒ 油断 ⇒ 対策に遅れ ⇒ 熱中症
↓
だけじゃない！

室内も注意！

- ・密閉性が高い
- ・小さな子どもやお年寄がいる可能性が高い

- 室温が28度以上にならないよう
 - ・扇風機やクーラー
 - ・遮光カーテン
- のどの湯きを感じる前に水分補給
- 子ども、お年寄には周囲のサポート体温調節機能が低い

つら
つら...



イワくんわかった？

室内でも油断はできないんだね。ほくと同じで、室内は大丈夫だと思っていた人も多いんじゃないかなあ

室内の注意点はわかったし、外に出る時は、帽子や日傘、通気性の良い服を着ることが大事だよ

早め早めの対策と、周りにも目を配ることが、熱中症予防になるんだね

皆さんも、外に出る時はもちろん、室内にいる時も、熱中症に十分気をつけましょう。皆さんが、こういった事に気を付けることが、健康寿命を伸ばすことにつながるはずだからね



人の動き (平成 27 年 5 月 31 日現在)

●住民基本台帳 人 □ 総数 85,347人(前月比 - 90)

男 39,985人(前月比 - 52)

女 45,362人(前月比 - 38)

世帯数 42,193世帯(前月比 - 42)

岩見沢市役所

☎ 068-8686 北海道岩見沢市鳩が丘1丁目1番1号

☎ 0126-23-4111 FAX 0126-23-9977

ホームページ <http://www.city.iwamizawa.hokkaido.jp>

▶救急当番医ガイド ☎ 0126-23-5153

▶消防テレホンガイド ☎ 0126-24-0119



今月の表紙

も～、緊張しちゃって、うまくできないじゃな～い！