

熱中症から 身を守ろう!

暑さを避けよう!



「熱中症警戒アラート」
発表時は
特に注意が必要です!

こまめに
水分補給しよう!



バランスのよい
食事を心がけよう!



子供・高齢者は
特に注意しよう



マスコットキャラクター「ユリハナ君」

熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です。
熱中症予防行動のポイントとして、以下の項目を心がけてください。

- ・部屋の温度に注意し、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。また、こまめに換気しましょう。
- ・のどが渴いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- ・涼しい服装、日傘や帽子で暑さを避けましょう。
- ・熱中症警戒アラート発表時は外出をできるだけ控え、暑さを避けましょう。



薩摩川内市消防局

SATSUMASENDAI FIRE DEPARTMENT

薩摩川内市消防局
ホームページ



薩摩川内市消防局
公式Instagram

