

熱中症に気を付けて！

令和4年度は、熱中症事故が20件発生しました。今年の夏は、猛暑であるとともに、エルニーニョ現象による気温の低い日もあり、日々の気温差が激しくなることが見込まれております。各センターにおいてはWBGT測定器(気温、湿度、放射熱を同時に測ることができます)の活用や、就業会員の皆様は暑さ対策や水分・塩分補給について今一度ご留意いただきますようお願いいたします。

水分補給はこまめに

喉が渇いていなくても水分を取りましょう。「30分に1度水を飲む」と決めておいてもいいでしょう。

屋外作業で汗をかくときは、水分だけでなく、塩分補給も必要です。

暑さを避ける対策を

日傘・帽子を活用し、涼しい服装を心がけましょう。

少しでも体調が悪くなったときは、無理せずに静養しましょう。



熱中症の応急処置

- 1 エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難
- 2 衣服をゆるめ、体を冷やす(首の周り、脇の下、足の付け根など)
- 3 水分・塩分、経口補水液などを補給



自力で水が飲めない、応答がおかしいときは、ためらわずに救急車を呼びましょう！

・出典：政府広報オンライン (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201206/2.html>)

公益財団法人東京しごと財団 (東京都シルバー人材センター連合)



●暑さを避けましょう



●こまめに水分を補給しましょう



●熱中症の症状が現われたら、まずは涼しい場所へ移動

●「暑さ指数」や「熱中症警戒アラート」などを参考に、熱中症への十分な対策を

茶毒蛾の季節です！



茶毒蛾は1匹あたり50万本の毒針毛があります。サザンカ・ツバキの葉は注意！9月まではとくに危険です！死骸も毒針毛が飛散するため危険です！スプレーのりで固めると飛散防止になります。毛が刺さってしまったら…擦らず、粘着テープで取ったり水で洗い流し、医療機関へ相談しましょう。

公益財団法人東京しごと財団
(東京都シルバー人材センター連合)