

# 安 全 の し お り

## ◆ 熱中症について

### (1) 熱中症の予防対策

- ① 日頃から睡眠や栄養バランスの良い食事を十分にとるなど体調に気を配る。朝食抜きは禁物！
- ② 作業前・作業中・休憩時などに水分をこまめにとる。大量に汗をかく場合は塩分もとる。また、のどが渇かなくてもこまめに水分補給を行う。
- ③ 就業場所の風通しに配慮する。
- ④ 服装は、通気性や吸湿性の良いものを身につけ高温下では頭部や首筋に冷やしたタオルを巻いたり、屋外では帽子をかぶる。
- ⑤ 就業中は、無理をせず、冷房のある施設や日陰などの涼しい場所で休憩を十分にとる。
- ⑥ 熱中症アラートを気にかける。

### (2) 熱中症にかかってしまったら

- ① すぐに涼しい場所で衣類をゆるめて安静にさせ、スポーツドリンクなどの水分を与える。
- ② 水分を自力で摂取できない、呼びかけに応じない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請し医療機関に搬送する。

## ◆夏の交通安全運動

実施期間 令和 5 年 7 月 10 日(月)～7 月 19 日(水)まで

夏休みを迎えるこの時期は、暑さや解放感による安全意識・集中力の低下や交通の流れの変化などから重大交通事故の発生が懸念されます。こういう時こそ正しい交通マナーを実践することにより交通事故の防止を心がけましょう。

### 重点項目

- 1 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- 2 飲酒運転や速度超過など悪質危険な運転の根絶
- 3 こどもや高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- 4 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

## ◆自転車乗車時のヘルメット着用の努力義務

道路交通法が改正され令和 5 年 4 月 1 日より、自転車を利用する全ての者に自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務となりました。また野田市では、自転車乗車用ヘルメットを購入した市民を対象に、購入費の一部を助成することもあるようです。詳しくは野田市ホームページまで。