

熱中症に注意！！

ボエム

えりも本町駐在所

Tel 2-2021

えりも岬駐在所

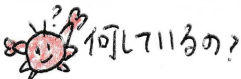
Tel 3-1409

庶野駐在所

Tel 4-2002

スワイム

熱中症を予防しよう！



外に出ていないも、
こまめに水分補給を
しよう！



えりも町内において、昆布漁が始まり、屋外での活動も多くなってきました。

夏の炎天下での作業となることから、
熱中症に注意しましょう。



熱中症の症状

- 軽度
めまい、たちくらみ、顔のほてり、大量の発汗、筋肉痛、吐き気、頭痛、体のだるさ、虚脱感
- 中度
呼びかけへの反応がおかしい、まっすぐ歩けない、けいれん
- 重度
意識障害、高体温、全身のけいれん

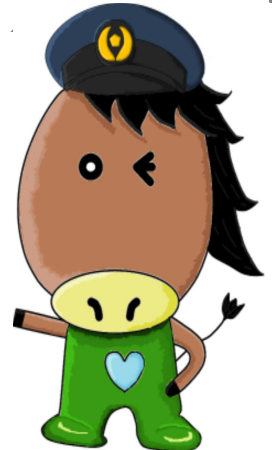
熱中症対策

- こまめな水分補給
(経口補水液、スポーツドリンクなど)
- エアコン、保冷剤などで温度調節
- 傘や帽子の使用、こまめな休憩、速乾性のある衣服の着用
- 熱中症の症状が出ている場合は、涼しい場所へ移動し、水分と塩分を補給して、体を冷やすなどの応急処置を速やかに行うことが大切です。

特に高齢者は、

- 体内の水分が不足しがち
- 暑さに対する感覚機能の低下
- 暑さに対する体の調整機能が低下

の特徴があるので注意してください。



暴力団追放「三ない運動+1」の推進



暴力団を「利用しない」



暴力団を「恐れない」



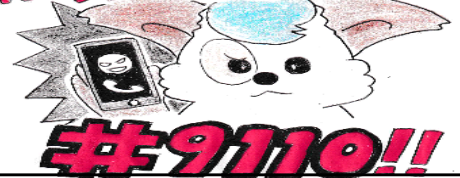
暴力団に「金を出さない」



暴力団と「交際しない」

北海道警察 ・ 北海道暴力追放センター

詐欺電話がきたら



令和7年8月の更新時講習日程

日時 8月7日(木)

場所 えりも町福祉センター

・ 優良講習(30分間)

午後1時～

・ 一般講習(1時間)

午後2時～

★ 更新手続を済ませなければ講習を受講出来ません。不明な点は浦河警察署交通窓口までお問い合わせください。

浦河警察署 電話0146-22-0110

