

夏が来た、防ごう熱中症、予防行動

エアコンを適切に使用しましょう。昼夜問わず、エアコンを使用して温度調節をしましょう。
熱中症のリスクが高い方に声かけをしよう。

水分・塩分の補給。暑い医療生活協同組合・東組合員センター / 087-812-5331
発行はやし支部運営委員会 支部長 川東

2022 はやし支部ニュース夏号

対策

- ・外出は、できるだけ控え暑さを避けましょう。
- ・外での運動は原則中止、延期をしましょう。
- ・暑さ指数(WBGT)を確認しましょう。
- ・こまめな水分補給。マスク熱中症に注意、帽子を忘れずに。
- ・直射日光を避けよう。日傘や帽子を上手に活用する。
- ・適度な塩分補給を。
- ・こまめに休息をとろう。エアコンを上手に活用する。
- ・声をかけ合おう。

みなさん、水分補給を
すくすく、部屋を

7月1日、金曜日から
令和4年度高松市
特定健康診査が始まりました。

高松協同病院 087-833-2330 や
高松平和病院 087-833-8113 へ
健診を受けましょう。