



外出・農作業中の 熱中症対策



1. 高温時の作業は、避けましょう

日中の気温が一番高くなる時間帯は、外して行動しましょう。

2. 単独作業は、避けましょう

なるべく2人以上で作業し、時間を決めて声をかけあったり、異常がないか確認しあうようにしましょう。

3. 休憩&水分補給しましょう

涼しい日陰などで体温を下げましょう。のどが渴かなくてもこまめに水分・塩分補給をしましょう。

部屋の中も涼しくしましょう



熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。節電にも配慮して適切にエアコンを使いましょう。

また、エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。



涼みどころ

涼みどころ、始めました。 期間：9月末日まで

涼みどころは、営業中ご利用できます。施設の善意により実施されるものです。ルールとマナーを守ってご利用してください。

のぼりとポスターが目印



【涼みどころ一覧】

- ・石亀石油(株)田子 SS
- ・川京
- ・北村商店
- ・山川旅館
- ・(有)理容ヤマモト
- ・ページハウス
- ・(有)宮木モータース
- ・山本商店
- ・Laughii

中央公民館、上郷公民館
みろく館
タプコピアンプラザ、図書館
田子郵便局、上郷郵便局

※追加は随時HPでお知らせ

