



消防だより

■お問い合わせ
上ノ国消防署
☎ 0139-55-2071

水難救助訓練の実施について

令和5年6月16日(金)に水難救助訓練を実施しました。

これは、向浜地区で海水浴中に流されてしまった要救助者を想定し上ノ国漁港から出動した救助用ボートで救出する訓練です。

夏は海や川、山など、アウトドアでのレジャーを楽しむ機会が増える季節です。自然に触れるレジャーは、楽しみがある反面、自然ならではの危険もあります。アウトドアでの事故を防ぐためには、自然を甘く見ず、危険をきちんと認識し、計画を立てて行動することが大切です。

水辺に近づく際は、ライフジャケットを着用するなどの対策をお願いします。

訓練風景



熱中症警戒アラートについて

「熱中症警戒アラート」は、危険な暑さ（高温・多湿・強い日差しなど）によって熱中症の危険性が極めて高くなると予測された日の当日や前日に、気象庁と環境省が共同で注意を呼びかける情報で、令和3年4月28日から運用されています。

熱中症警戒アラートが発表されたとき、最も重要なのは「危険な暑さを避ける」ことです。いつも以上に積極的に熱中症予防に努め、以下のことに注意しましょう。

- ① 不用・不急の外出を控えましょう。
- ② 部屋の中でも昼夜を問わず、エアコンや扇風機を使って涼しく過ごしましょう。
- ③ のどが渇く前に、こまめに水分・塩分をとりましょう。（1日あたり1.2Lが目安）
- ④ 家族や身の回りの人同士（熱中症になりやすい高齢者、子ども、障がいのある人、体調の悪い人などがある場合は特に）で、熱中症に気を付けるように声を掛け合いましょう。
- ⑤ 屋外や空調のない屋内での運動は、原則中止や延期をしましょう。

なお、熱中症警戒アラートを発表していない場合であっても、周辺の環境や体調、行動の内容によっては、熱中症を引き起こす可能性があります。熱中症予防の指数（暑さ指数）も確認し、行動の目安にしましょう。



◀熱中症予防情報サイト

石崎診療所の帯状疱疹予防接種の 接種期間延長 について

広報7月号でお知らせしていた帯状疱疹予防接種について、石崎診療所の接種期間が令和6年3月29日(金)まで延長となりました。

接種をご希望の方は、接種日の2日前までに石崎診療所へお申し込みください。

■申し込み先 石崎診療所 ☎ 0139-59-2341

8月 は 「北方領土返還要求運動強調月間」 です！

