

今年の夏も 沸とう京

熱中症から命を守る行動を！

① こまめな
水分補給



② 迷わず
エアコン
利用



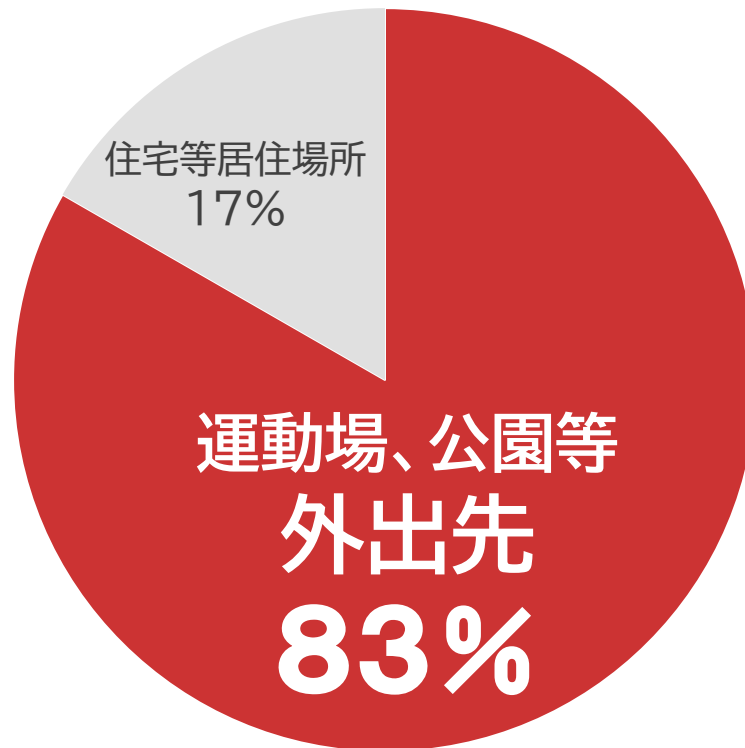
③ 忘れずに！
日傘・帽子
の活用



④
クーリング
シェルター
の利用



外出先での子どもの熱中症に注意！



熱中症による救急搬送
発生場所別割合
(18歳以下・
令和6年6月～9月)

外出先で大人が注意すべきこと

- のどが渇く前のこまめな**水分補給**
- エアコンの効いた場所や日陰での**計画的な休憩**
- 顔色や汗のかき方、**体調の変化に注意**



病院へ行くか、救急車を呼ぶか、迷ったら・・

ネットでガイド！

電話で相談！

東京版 救急受診ガイド

症状に応じた質問に答えることで、
緊急性を判断することができます！



東京消防庁救急相談センター

医師、看護師等の医療相談チームにより、救急車の適時・適切な利用のお願い

いつでも救急相談が受けられます！

#7119



暑さをしのげるイベントに参加！

図書館や博物館などの**クーリングシェルター**で開催されるイベント等を紹介



特設ページはこちら

