



危険を回避して
楽しい夏を過ごそう！

梅雨が明け、暑さが本格的になる
これからの季節は、熱中症による事
故の危険性が高まります。次のよう
な点に注意して、楽しい夏を過ごし
ましょう。

熱中症とは

炎天下の屋外や高温多湿の室内な
ど、激しい暑さによる発汗によって
体温調整が効かなくなり体内に熱が
こもった状態のことをいいます。

気分が悪い、頭痛、吐き気、けい
れんなどの症状がみられ、重症例で
は命を落とすこと
もあります。特に
高齢者の方は、喉
の渇きを敏感に感
じることができな
いため、暑い室内
や炎天下の農作業
に注意してくださ
い。



これが危険！

- ▽炎天下のスポーツや農作業
 - ▽睡眠や休憩を取らない
 - ▽十分な水分を取らない
 - ▽小さな子どもを車内に放置する
- 熱中症の症状を疑ったときは**
- ▽衣服をゆるめて楽にしましょう。
 - ▽日陰や風通しの良いところ、冷房の効いたところへ移動しましょう。
 - ▽スポーツドリンク等で水分補給しましょう（塩分や糖分は体内に吸収しやすいので水だけより効果的）。
 - ▽氷や冷たい水で冷やしたタオルを脇の下や足の付け根にあて体を冷やしましょう（太い血管を冷やすことで体温を下げます）。

熱中症を疑う場合は、前述の応急処置をして早めに医療機関を受診してください。また、緊急の場合はすぐに救急車を呼びましょう。

問合せ先

丹羽広域事務組合消防本部消防課
☎95-51588

— 普通救命講習会 —
日時 7月15日(土)
午前9時から正午

場所 丹羽消防署 大口出張所
申込みおよび問合せ先
丹羽消防署本署 ☎95-5151
大口出張所 ☎95-0119

島根県「出雲路エリア」
観光 PR ブース出展！

大口市と姉妹都市である松江市の代表的な観光スポット「ぐるっと松江堀川めぐり」を始めとした縁結びスポット等が紹介されます。



夏の旅行計画の参考に、ぜひお越しください。

日時 7月29日(土)・30日(日)

いずれも正午から午後5時

場所 CBC ラジオ夏まつり会場
(久屋大通公園・久屋広場)

内容 観光情報コーナー・縁結び絵馬づくり体験・縁結び鳥居・宿泊券や航空券の当たる「お楽しみ抽選会」

問合せ先 公益財団法人松江市観光振興公社(堀川遊覧船管理事務所) ☎0852-27-0417

FDA でひとつとび！ 縁結びの地 出雲路の旅

あなたのお手元に
災害時の緊急情報を
お知らせする！

防災・防犯メール配信サービス
あんしん・安全ねっと

携帯電話からの登録方法
携帯電話から下記メールアドレスへ空メールをお送りください。送信された携帯電話のメールアドレスあてに「本登録」の手順をご案内します。
oguchi@entry.mail-dpt.jp

※ QRコードを使用できる機種をお持ちの方は右のQRコードをお使いください。迷惑防止のためのドメイン指定が必要な方は town.oguchi.lg.jp、アドレス指定が必要な方は bousai@town.oguchi.lg.jp を許可してください。