

# なのはな通信

平成29年  
8月号



## ～知っていますか？夏の熱中症対策～

### 熱中症予防のポイント

#### 《暑さ対策》

- 室温は28度を超えないように、エアコンや扇風機を使いましょう。
- 外出するときは涼しい服装で、日よけ対策をしましょう。
- 無理をせずに適度に休憩しましょう。
- 暑さに体を慣らしていきましょう。

#### 《脱水対策》

- たくさんの汗をかいたら、のどが乾いていなくてもこまめに水分と塩分を補給しましょう。
- 水分と塩分をすばやく補給できる経口補水液をうまく使いましょう。
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力作りをしましょう。



### 台風時のサービスについて

当事務所としましては、

通常サービスを予定通り行います。

しかし、天候の悪化・注意警報の発令・交通渋滞など、予期せぬ事態が起こる可能性もあります。その場合、ヘルパーの安全確保の為に、やむなくサービス開始時間が遅れたり、ヘルパーの交替・時間の変更(事前にご連絡いたします)をお願いする場合がございます。その節はご理解の上、

ご了承の程よろしくお願い致します。

また、サービスのキャンセル等がございましたら、ご遠慮なくお電話いただけますようお願いいたします。

### 熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。  
落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。  
最初の措置が肝心です。

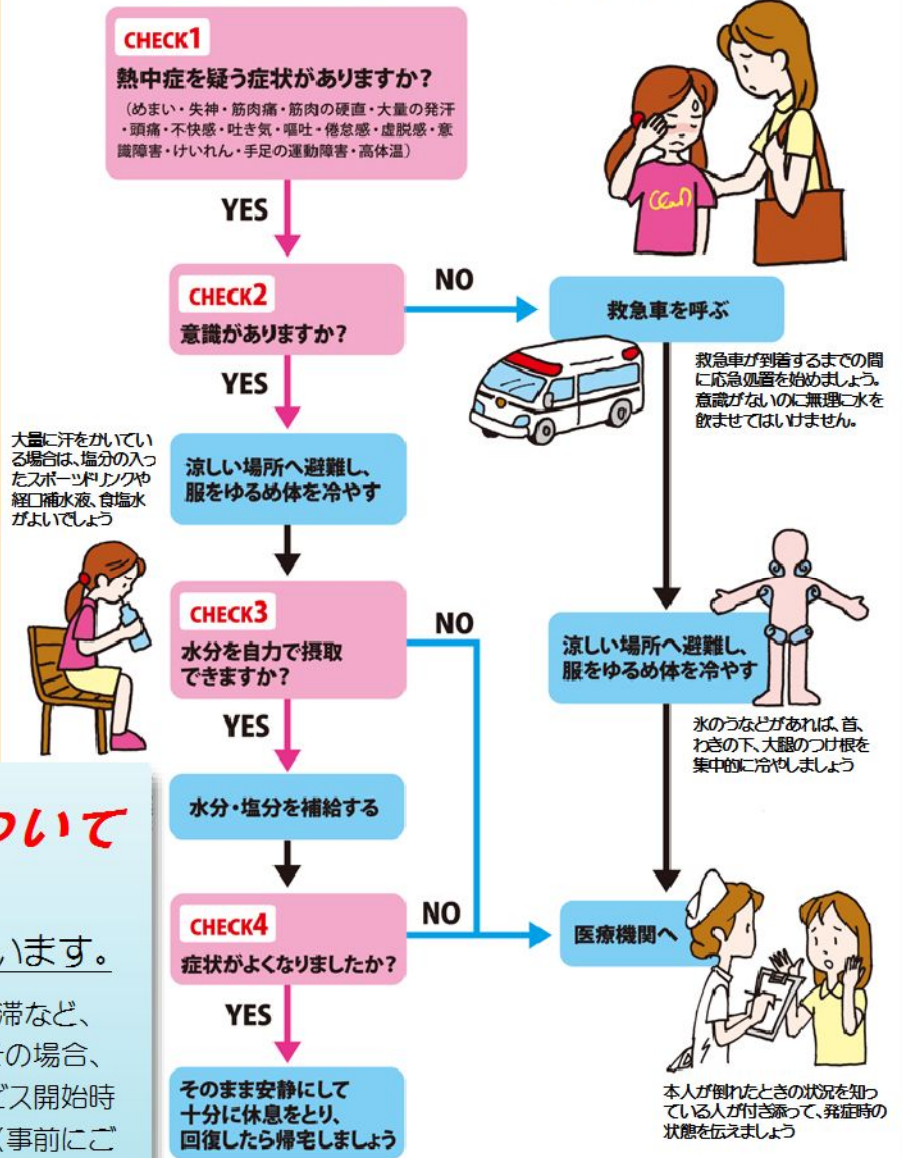


図2-7 熱中症を疑ったときには何をすべきか



「環境省熱中症環境保健マニュアル(2014年3月改訂版)」より

ケアセンターなのはな

TEL.072-240-0115 FAX.072-240-0116