

熱中症に注意！

熱中症対策及び熱中症予防の声かけをお願いします！！

「こえかけ」で熱中症予防

ポイント1

こまめな水分補給



- のどが渇く前に水分補給を。
- 運動や屋外での労働など、大量に汗をかいた時は水分補給と合わせて塩分補給も忘れずに！

ポイント2

エアコンを活用しよう



- 熱中症の約5割は屋内で発生！
- エアコン使用中も、こまめに換気する。

ポイント3

家族で声かけ、快適な環境を



- 室温は28℃を目安に調整する。
- 気温や湿度の高い日は特に注意する。

ポイント4

健康管理をしっかりと



- きちんと食事し、適度な運動で暑さに負けない体をつくる。
- しっかりと睡眠をとり、体調の悪い時は無理せず休養する。

高齢者、子ども、障がい者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします

湯川村



「ふくしま涼み処」を活用するなど、熱中症に気をつけましょう！

「ふくしま涼み処」について

熱中症を予防するためには、水分補給などに加え、涼しい場所で休憩することも大切です。

福島県では、暑い時にひと涼みできる場所を「ふくしま涼み処」として、公共施設やご協力いただいた商業施設等に設置しております。

ふくしま涼み処は主に6月～9月の期間設置しています。

湯川村の「ふくしま涼み処」一覧

施設等名称	利用可能な時間帯	利用できる場所	椅子	エアコン	休館日	電話番号 (0241)	利用期間
湯川村役場 村民ホール	8時30分～17時15分	役場1階にある 村民ホール	有	有	なし	27-8800	年中
ユースピア ゆがわ	8時30分～17時15分	1階のロビー (図書スペース)	有	有	12/29～1/3	27-8880	9月まで
湯川郵便局	9時00分～17時00分	窓口ロビー	有	有	土・日・祝	27-2948	9月まで
ローソン 湯川清水田店	24時間	店内	有	有	なし	27-8980	9月まで

*休館日については、各施設にお問い合わせください

利用時の注意点

ふくしま涼み処は、暑さをしのぐための一時休憩として利用していただく場所です。施設によって、環境が異なる場合があります。

その他、利用に当たっては、施設、店舗の指示に従ってください。