


コロナ感染症も心配！
熱中症も心配！！
どうしたらいいの？



マスクをすると暑くて、熱中症のリスク高そう！！



1. 屋外で人と2m以上離れている場合は、マスクをはずす。
2.  マスクを着用しながらの激しい運動や作業はさける。喉が渇いてなくても、こまめに水分補給をすることを忘れない。
3. 熱中症予防にはエアコンの活用が有効ですが、換気を絶対忘れない(窓を開ける、換気扇を回す)「冷気が逃げるから・・・」などと考えない事。「開けないと、コロナウイルスに遭遇するかも・・・」と考えること。

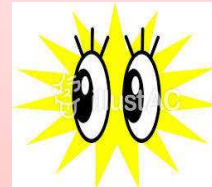


お知らせ

救急蘇生法も新型コロナウイルス感染症により、ちょっと変わりました。

誰かが倒れるのをみた！倒れている人を発見した！！この時・・・

すべての人が感染の疑いがあるものとして対応すること



- ・肩を叩いたり、呼吸があるか観察するときも、あまり近づきすぎないこと。
- ・ハンカチやタオルなどがあれば、倒れている人の鼻と口にかぶせる。マスクや衣服などでもよい。
- ・マウスツーマウスを行わないで、胸骨圧迫とAEDを実施する。
- ・救急車が到着後、倒れた人を救急隊員に引き継いだ後は、石鹸と流水で手と顔をしっかりと洗う。倒れた人の鼻や口を覆ったハンカチ、タオルなどは触れないようにして廃棄する。

