

熱中症対策 してね!



はやく
すいぶんほきゆう
早めにこまめに水分補給



ぼうし ひがせ
帽子や日傘を使おう



へや
すず
部屋の中は涼しく

熱中症の主な初期症状

めまい・吐き気・頭痛・しびれ



体を暑さに
慣れさせることも大事!

救急車の適時・適切な利用のお願い

病院? 救急車? 迷ったら...

#7119



電話で相談

東京消防庁救急相談センター



ネットでガイド

東京版救急受診ガイド

東京消防庁
公益財団法人
東京連合防火協会

東京消防

検索

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>

東京消防庁公式アプリ配信中!!



詳しくはこちら

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

11911-060501