

消防署からのお知らせ

熱中症にご注意ください！

暑さに体が慣れておらず、気温や湿度が高くなるこれからの時期は、屋外だけでなく室内でも熱中症の危険が高まります。特に高齢者や子供は体温調節機能が十分ではないため、注意が必要です。

熱中症を防ぐポイント

- ・のどが渇く前に、こまめな水分補給を行きましょう
- ・汗を大量にかいた時には、水分と塩分補給も忘れずに
- ・外出時は帽子や日傘を使いましょう
- ・平均気温が上がっています、エアコンを使いましょう

こんな症状は熱中症かもしれません

- ・Ⅰ度(軽症) めまい、立ちくらみ、生あくび、大量の発汗
- ・Ⅱ度(中等症) 頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力低下
- ・Ⅲ度(重症) 高体温、呼びかけに反応が鈍い、言動が不自然

熱中症になってしまったら

- ・Ⅰ度は冷所で安静、体表面を冷却し、経口水分補給を
- ・Ⅱ度以上の熱中症は医療機関を受診してください
- ・Ⅲ度が疑われる場合は、すぐに119番通報

救急車を呼ぶか迷ったときは

- ・東京消防庁救急相談センター #7119

2次元コード 

電話による相談窓口です。救急相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)から24時間・365日、症状に基づく緊急性・受診の必要性に関するアドバイスを受けることができます。

- ・東京版救急受診ガイド(WE B版)

急な病気やけがをした際に、「今すぐ病院に行くべきか」「救急車を呼ぶべきか」迷ったときに自ら緊急性を判断できる「東京版救急受診ガイド」を提供しており、パソコン、スマートフォン、携帯電話から利用することができます。



東京版救急受診ガイド

消防少年団の団員を募集しています

奥多摩消防少年団は4月に入団式を行い、新たな団員が1名入団しました。放水訓練や規律訓練など、消防少年団ならではのさまざまな活動を体験することができます。仲間と協力しながら、防災の知識や規律を楽しく学ぶことができます。

小学生以上であれば、年度の途中からの入団も大歓迎です。入団体験もできますので、お気軽に奥多摩消防署までお問い合わせください。みなさんの入団をお待ちしています。

※問い合わせは、奥多摩消防署 ☎83-2299

