

予防で防ごう熱中症！

1. 水分補給は計画的に☆

梅雨明け、お盆明けは特に気温が上がります。
のどが渇く前にこまめに水分補給を！



2. つらい暑さを避ける！

涼しい服装をし、日傘や帽子を使いましょう！
扇風機やエアコンを使用し、ブラインドやすだれ
などで直射日光を遮りましょう！



3. 暑さに身体を慣らす◎

日常的にウォーキングなどの運動をおこない、
暑さに身体を慣らして汗をかく習慣を身につけ、
暑さに強い身体を作りましょう！



令和3年から令和5年までの 熱中症による救急搬送人員の推移

※東京消防庁管内



令和3年
(3,414人)



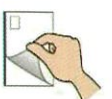
令和4年
(6,013人)



令和5年
(7,112人)

令和5年の7・8月では
65歳以上の高齢者が
1日平均約49人
救急搬送されています

裏面に続きます。



「Live119」をご存じですか？

Live119は、動画を活用した応急手当のアドバイスや、動画で現場の詳しい状況が確認できるシステムです。

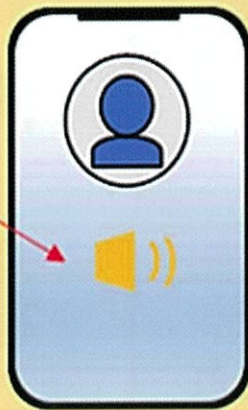
どうやって使うの??

119番通報時、オペレーターが Live119 が有効と判断すると、お使いのスマートフォンに東京消防庁からショートメールが届きます。

スマートフォン操作要領

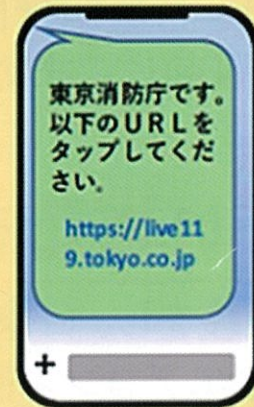
①

スマートフォンをスピーカー設定にしてください。



②

東京消防庁から届いたショートメールを開きURLをタップしてください。



③

注意事項や、位置情報の許可の画面が表示されます。問題なければ次に進んでください。



④

画面上の「REC」ボタンを押して撮影を開始してください。

昭島市内で高校生のバイスタンダーが「Live119」を活用し、傷病者を救助した事案がありました！！
傷病者を救うために大変有効です。ご協力をお願いします。

消防・防災に関するご意見・ご要望は、下記までお寄せください。

問合せ先

【昭島消防署 地域防災担当 TEL042-545-0119 内線321】