



いよいよ  
夏休み！

# 楽しく安全な夏休みにしよう!!

## ■水の事故をなくそう■

梅雨が明け、夏本番となると、海やプール、河川での楽しい行楽シーズンが始まります。夏は、他の季節と比べて水のある場所で過ごすことが多くなるため、水の事故発生の可能性が高くなります。水の事故を起こさないように気をつけましょう。

- ☆飲酒後や体調がすぐれない時は、泳がないようにしましょう。
- ☆海・河川のレジャー（釣りなど）を楽しむ時には、ライフジャケットを着用しましょう。
- ☆海や河川などの自然環境の中では、常に気象状況に注意を払い、天候によっては中止することも必要です。
- ☆乳幼児は、家庭用ビニールプールなどの浅い場所でも溺れることがあります。水遊び中は必ず大人が付き添い、目を離さないようにしましょう。



## ■花火のルールを守ろう■

### 『花火遊びは、迷惑にならない場所と時間と後始末』

キレイで楽しい花火ですが、間違った遊び方をすると、とっても危険です。花火で遊ぶときは、次のことを必ず守りましょう。

- ☆花火に書いてある遊び方をよく読んで守りましょう。
- ☆大人と一緒に遊びましょう。
- ☆水の入ったバケツを用意しましょう。
- ☆風の強い時は花火遊びはやめましょう。
- ☆たくさんの花火に一度に火をつけないようにしましょう。
- ☆花火を人や家に向けたり、燃えやすい物のある場所で遊んだりしてはいけません。
- ☆衣服に火がつかないように注意しましょう。
- ☆途中で火が消えても筒をのぞいてはいけません。大けがをすることがあります。点火するときも筒先に顔や手を出さないようにしましょう。
- ☆ロケット花火の打ち上げは真上に向けて細口の瓶に立てて行ってください。
- ☆花火が終わったら、花火のゴミは必ず持ち帰りましょう。

## ● 女性消防団の「ちょっといい話」 ● <第36回>

### 熱中症にご用心!!

- A： あ～暑い暑い。なんとかならんもんかねえ～。
- B： ホント、こう毎日暑いと体がキツイわい。頭もボーっとしてくるし……。
- A： そんなん夏だけじゃないんと違う？
- B： 言ってくれるわね。まあ冗談はこのくら

- いにしておいて、ホント心配なのは『熱中症』よ。毎年亡くなる人も増えてるんやて。もしものときに慌てんように勉強しておこうや。
- ということでまとめてみました。皆さんも参考にして暑さを乗り切ってくださいね。

熱中症のサイン	応急手当	その他
<ul style="list-style-type: none"> <li>・頭痛</li> <li>・吐き気、めまい</li> <li>・気分不良</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・意味不明な言動</li> <li>・興奮</li> <li>・ウトウトする</li> <li>・フラフラ歩く</li> </ul> <p style="text-align: center;">↓</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・意識消失</li> <li>・高体温</li> <li>・発汗停止</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・衣服をゆるめ、日陰などの涼しいところへ移動させる</li> <li>・塩分を含んだ水分（スポーツドリンク）を飲ませる</li> <li>・冷やしたタオルを脇の下や足の付け根に置き、体を冷やす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・二日酔い、寝不足、朝食抜き、体調不良などは熱中症になりやすい</li> <li>・のどが渴いたと自覚してから水分摂取するのでは遅い</li> <li>・意識がもうろうとしたり、高熱となったりした時は早めに医療機関を受診する</li> </ul>

