

“日本一暑い☀️ 浜松の夏を乗り切ろう”

浜松市は 2020 年 8 月 17 日 国内最高気温に並ぶ 41.1℃を記録しました。

毎年、熱中症で救急搬送される方も少なくありません。

暑さ対策として、次の 3 点を意識して行動しましょう。



◎ 暑さを避けよう

エアコンを上手に使い、暑い時間帯の外出は控えましょう

クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）を活用しましょう

◎ 水分補給と免疫ケアを意識しよう

のどが渇く前のこまめな水分補給と、1 日 3 回の食事が大切です

◎ 熱中症予防に関する情報を得よう

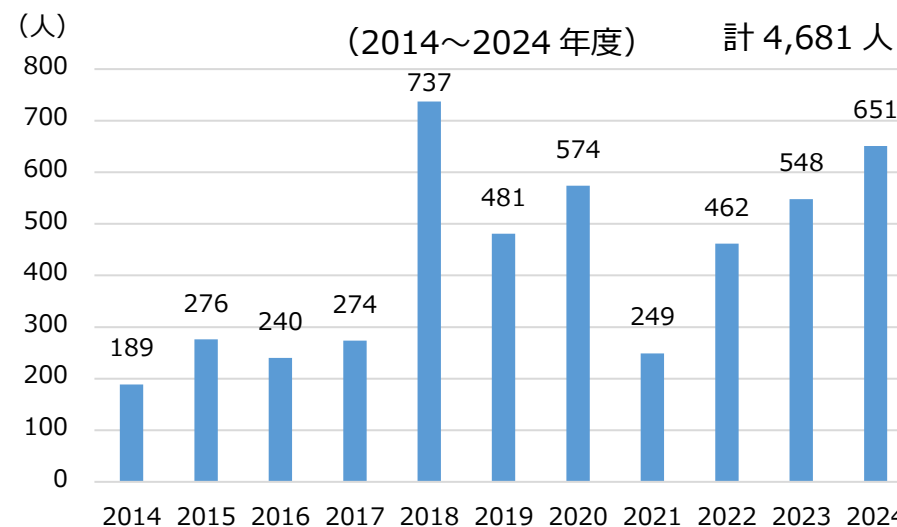
熱中症警戒アラートは危険な暑さの事前警告です。命を守るため、適切な対策をとりましょう

※浜松市 HP「熱中症にご注意ください！」では、より詳細な情報を紹介しています

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/kenkozoshin/disaster/shobo/necchusho/index.html>

私たちは、浜松市の暑さ対策の取組に賛同します

浜松市の熱中症による救急搬送者数



浜松市 HP「熱中症にご注意ください！」QR

【浜松ウエルネス推進協議会参画企業・団体 33 者 (50 音順)】

(株) Activle (株) AZURITE (株) エフ・シー・シー (株) 遠州ハママツモータース
大塚製薬 (株) 東海支店浜松出張所 神谷理研 (株) (株) 杏林堂薬局 キリンビバレッジ (株) 静岡営業部 (一社) ここみ (株) サイチ
(株) 静岡新聞社・静岡放送 (株) (一社) 食とコミュニケーション研究所 スズキ (株) (社福) 聖隷福祉事業団 保健事業部 ソフトプレイン工業 (株)
SOMPO ひまわり生命保険 (株) 浜松支社 高部鍼灸院 東京海上日動火災保険 (株) 浜松支店 (株) トレードトラスト 西静岡ヤクルト販売 (株)
野村不動産ライフ＆スポーツ (株) メガロス浜松市野 働くみんなの保健室 (一社) 浜松市医師会 (公財) 浜松市花みどり振興財団
フィットネス&スパ NiceBeaT 浜松 藤井社会保険労務士事務所 プライベート相談室 cocoro sapo ヘルツ電子 (株) マックスバリュ東海 (株)
(株) 村松商店 明治安田生命保険相互会社 浜松支社 (株) LightNow (医社) 綾和会 浜松南病院