

とうきょう消防

第45号

TOKYO FIRE NEWS



令和4年5月22日発行(年4回発行)東京消防庁企画調整部広報課〒100-8119東京都千代田区大手町1-3-5 電話:03-3212-2111(代表) ホームページ:https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/

熱中症に気をつけよう

これからの季節、突然気温が上昇したり、湿度が高く蒸し暑い日が発生したりすると熱中症による救急搬送が多くなります。東京消防庁管内では、令和3年6月から9月までに熱中症で3,414人が救急搬送されました。夏本番前から、十分ご注意ください。



熱中症について詳しくはこちら

熱中症対策をしましょう

1 暑さに体を慣らしていく

汗をかき、汗を乾かす習慣を作ります。

2 早めに・こまめに水分補給

高齢者は特に喉が乾いていなくても、早めの水分補給を心がけましょう。

3 高温・多湿・直射日光を避ける

エアコンなどを利用して涼しくしましょう。



熱中症になってしまった場合の応急手当

1 涼しい場所へ移動する
風通しの良い日陰や、冷房の効いたところへ移動する。

2 体を冷やす
冷たい水や、冷やしたタオルなどを脇の下や大腿部の付け根に置き、体を冷やす。

3 水分補給をする
できればスポーツドリンクで水分補給をする。



こんな症状があるときは迷わず119番

1 意識がない

2 うまく動けない、麻痺がある

3 言動がおかしい



病院へ行く? 救急車を呼ぶ? 迷ったら...

#7119

こちらからもつながります 23区 03-3212-2323 多摩地区 042-521-2323

救急車を呼ぶか、医療機関を受診するか迷ったときは、「#7119」東京消防庁救急相談センターに電話でご相談ください。

東京版救急受診ガイド

ご自身で緊急度の確認ができる「東京版救急受診ガイド」は、東京消防庁のホームページや公式アプリで提供しています。ぜひご活用ください。

冊子版 20の症状紹介

冊子版は消防署にありますので、ご利用ください。

公式アプリ【おしえて!キュータ】

質問にキュータが答えるチャットボット機能が公式アプリにあります。ご利用ください。

公式アプリはこちらから

第45号特別消防レアカードプレゼント!

「消防のおしごと」を電子学習室で見よう!

東京消防庁ホームページの電子学習室に「消防のおしごと」を追加しました。消防署の一日や業務内容、消防署にある車両や設備について学ぶことができます。

電子学習室はこちらから

