

屋外では
マスクを適宜
外しましょう！

熱中症に 用心

福岡市消防局
マスコットキャラクター
ファイ太くん

熱中症予防の3つのポイント

1 こまめな水分補給



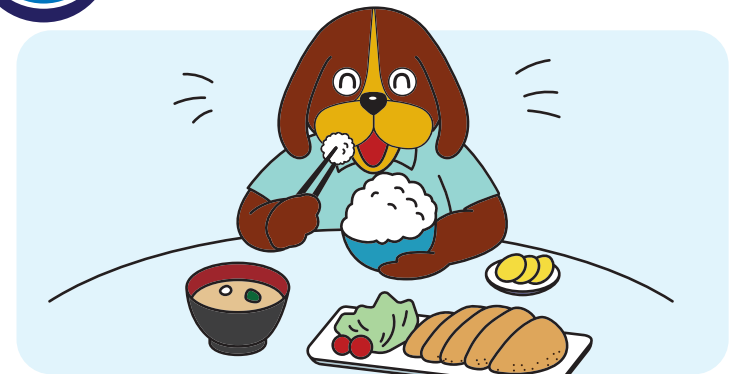
のどが乾かなくても
定期的に水分を摂りましょう！

2 エアコンや扇風機の活用



室温に注意して、
エアコンなどで涼しく過ごしましょう！

3 しっかり食事・睡眠



暑い時こそ体調管理。
食事と睡眠はしっかりと！

救急車？ 病院？ 迷ったら

#7119

福岡県救急電話相談・医療機関案内

24時間受付

年中無休

救急車の利用や
最寄りの医療機関に
ついてアドバイスします。

こんな時は救急車

- ⚠ 意識がない
- ⚠ 自力で水が飲めない
- ⚠ 体の動きがおかしい など...



福岡市消防局



私たちは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています