

ポスター・チラシ・掲示物について

熱中症予防ポスター



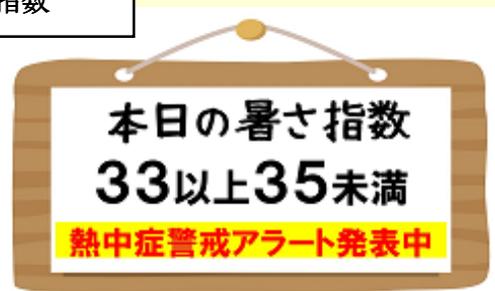
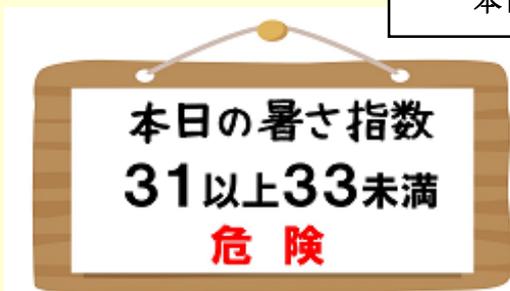
熱中症予防チラシ



クーリングシェルターポスター



本日の暑さ指数



暑さ指数に応じた熱中症予防策

| 暑さ指数 (WBGT) | 暑さ指数に応じた熱中症予防策 |
|-------------|------------------------------------|
| 35以上 | 熱中症特別警戒アラート |
| 33以上35未満 | 熱中症警戒アラート |
| 31以上33未満 | 危険 警戒外出はなるべく避ける。運動は原則中止 |
| 28以上31未満 | 厳重警戒 外出時は炎天下を避ける。激しい運動は中止 |
| 25以上28未満 | 警戒 激しい運動では30分おきくらいに休憩をとる |
| 25未満 | 注意 熱中症の兆候に注意し、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する |

暑さ指数 (WBGT) とは
◆気温、湿度、日射、輻射、風の要素をもとに算出され、熱中症の危険度の指標として使われます