

熱中症に注意

熱中症の主な症状

重症度Ⅰ度



手足がしびれる
めまい、立ちくらみがある
筋肉のこむら返りがある(痛い)
気分が悪い、ボーっとする

重症度Ⅱ度



頭ががががする(頭痛)
吐き気がする・吐く
カラダがだるい(倦怠感)
意識が何となくおかしい

重症度Ⅲ度



意識がない
ひきつけを起こす(けいれん)
呼びかけに対し返事がおかしい
真直ぐに歩けない・走れない
カラダが熱い



夏です！

今年は特に暑いです。オリンピックも白熱し、室内・室外共に熱いですが暑さを乗り切っていきましょう。木陰で涼むのもいいでしょうし、室内でエアコン、かき氷を食べ、頭をキーンとさせるのもよし、色々チャレンジしてみませんか。まだまだ暑い日は続きます。楽しく乗り切りましょう。

新しい仲間が入りました。
6月11日入社しました。



西森 峻次さん

現在、山梨県甲府市にて
日立プラントサービス
「ルネサス甲府」で勤務
しています。

熱中症ゼロへ。 熱中症の症状・応急処置

熱中症とは
熱中症は、高温多湿の環境に、私たちの身体が対応できないことで生じるさまざまな症状の総称です。いつでもどこでもだれでも発生状態で熱中症にかかる危険性があります。

熱中症を引き起こす主な3要素

- 環境: 気温の高さ・湿度の高さ・風の弱さ など
- からだ: 乳幼児・高齢者・体調不良 暑さに慣れていない など
- 行動: 激しい運動・寝れない運動 長時間の屋外作業・水分補給できない状況 など

症状

以下のような症状が出たら、熱中症にかかっている危険性があります。

- めまいや血のぼてり、体のだるさや吐き気、汗のかきかたがおかしい
- 体温が高い、皮膚の異常、呼びかけに反応しない、まっすぐ歩けない、水分補給ができない
- 顔面赤や顔面のけいれん(全身のじんかんと間違えたりは決して見ずを相談してください)

応急処置

- 涼しい場所へ移動しましょう
クーラーが効いた室内や車内に移動しましょう。近くにそのような場所がない場合には、団扇や白い布がけが有効に冷却効果があります。
- 衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう
氷枕や冷却剤で首筋やわき、足の付け根などを冷やします。夏服に水をかけて、うちわや扇子などで扇ぐことも有効な冷却方法です。
- 水分や水分を補給しましょう
おう吐の症状が出ていたり意識がない場合は、誤って水分が気道に入る危険性があるので、むりやり水分を飲ませることは避けましょう。

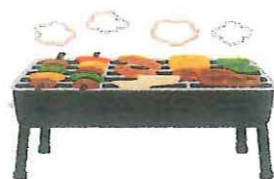
熱中症は、正しく対策を行うことで防げます。対策はこちら▶



山梨にベルガという場所があるそうです。そこでキャンプをやってみたいです、ベルガで1日過ごしたいです。出来るかどうか不明ですが…
西森さん



夏はバーベキューを行う。
ティエンさん



仕事をします。
ファンさん



今年は暑いので、なるべく何もしません。涼しくなるのを待ちます。
村田さん



BBQします。小島さん



部屋の掃除、片付けと義理を欠いている人へのお礼回り
金子さん



夏は バーベキュー ・ キャンプ
専務



求人募集 社員紹介制度

紹介者が入社の場合 紹介料 1名 30,000円 (3か月以上在籍)

新卒募集 高校・大学

新卒紹介は紹介料 1名 30,000円 (3か月以上在籍)

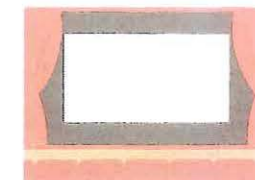
夏です！ 何をしますか・？



今まではマリンスポーツ・ウインドサーフィン・クルーザーヨット・キャンプ・レーシングカート・合宿・ラリードライビング合宿など
高橋さん



ホラー映画を観ます
清田さん



今年は近場の「船橋アンデルセン公園」を散策します。いければ筑波山にも行きたいです。
石渡さん



夏は「キャンプ」「スキューバダイビング」をしたいですね。今年は無理でしたが…
太田さん



バイクのツーリングと、子供たちと水上バイク
社長



夏を乗り越えます
藤根さん



家族でプール、海に行く。
森田さん

