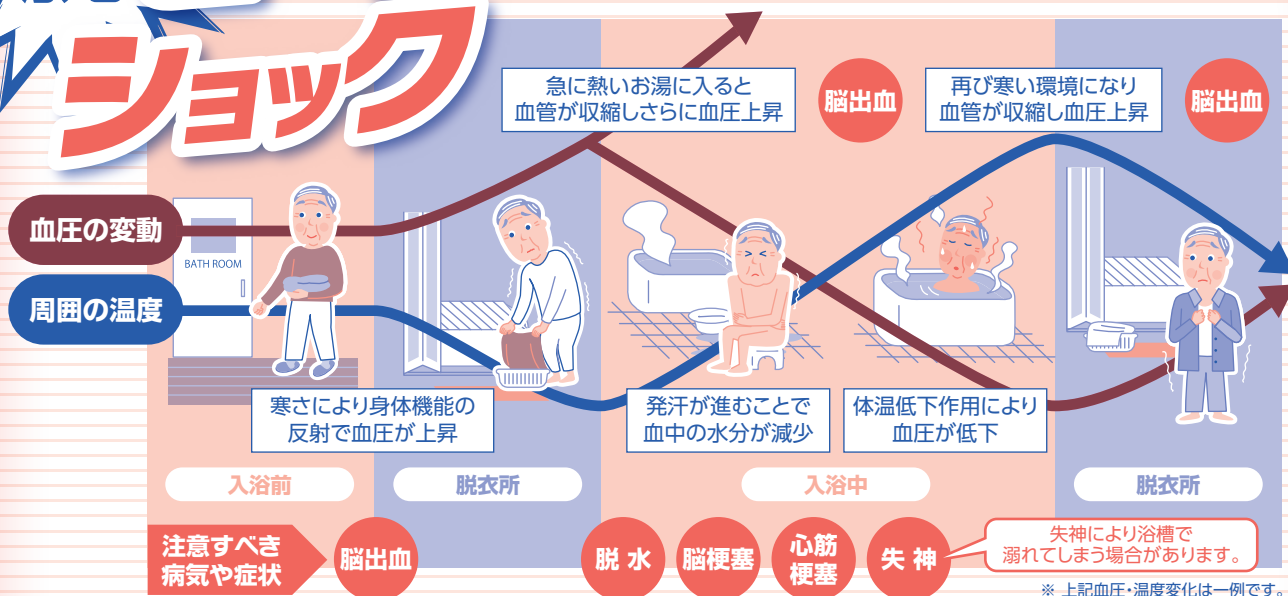


# 脱ヒートショック

ヒートショックとは暖かい部屋から寒い部屋への移動など急激な温度の変化による、血圧の大きな変動が身体に与える影響をいいます。冬季は寒い浴室や脱衣所に注意が必要で、場合によっては失神や不整脈、脳出血、心筋梗塞が起こる危険性があります。



- |                                     |                                       |                                    |                                  |                                    |  |
|-------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|
| <p><b>予防策 1</b><br/>部屋の温度を一定にする</p> | <p><b>予防策 2</b><br/>お風呂のお湯は41℃以下で</p> | <p><b>予防策 3</b><br/>入る前に浴室を温める</p> | <p><b>予防策 4</b><br/>入浴時間は短めに</p> | <p><b>予防策 5</b><br/>飲酒後の入浴は控える</p> | <p>血圧の大きな変動は心臓や血管に負担をかけてしまうことから、特に持病をお持ちの方や、高齢者の方は予防策を守り、リラックスタイムを楽しみましょう。</p> |
|-------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|

## 11月9日は119番の日

### Live119ってなんだ

**Live119**(らいぶ いちいちきゅう)

通報者と消防指令センターの間で、映像の送受信を行うシステムをいいます。このシステムは通報者が携帯しているスマートフォンのカメラ機能とウェブブラウザを利用します。

現在、本組合の消防指令センターでは年間約28,000件の119番通報に対応しています。

通報者からの音声に映像をプラスすることで、指令員がより正確な情報をリアルタイムで把握することが可能となり、通報者への的確な応急手当の指導や消防隊の効果的な現場活動に役立てることが可能になっています。

- ⚠ 通報者の安全が確保されていることが前提です。
- ⚠ 映像データの送受信時の通信料は通報者側の負担となります。



LIVE119について



※ ショートメール (SMS) 電話番号宛にメッセージを送受信するサービス