

第12回

港KOMACHIBA 活動内容



熱中症対策として、かき氷大会を行いました。
こまめな水分補給と塩分補給は、熱中症予防に
欠かせません。

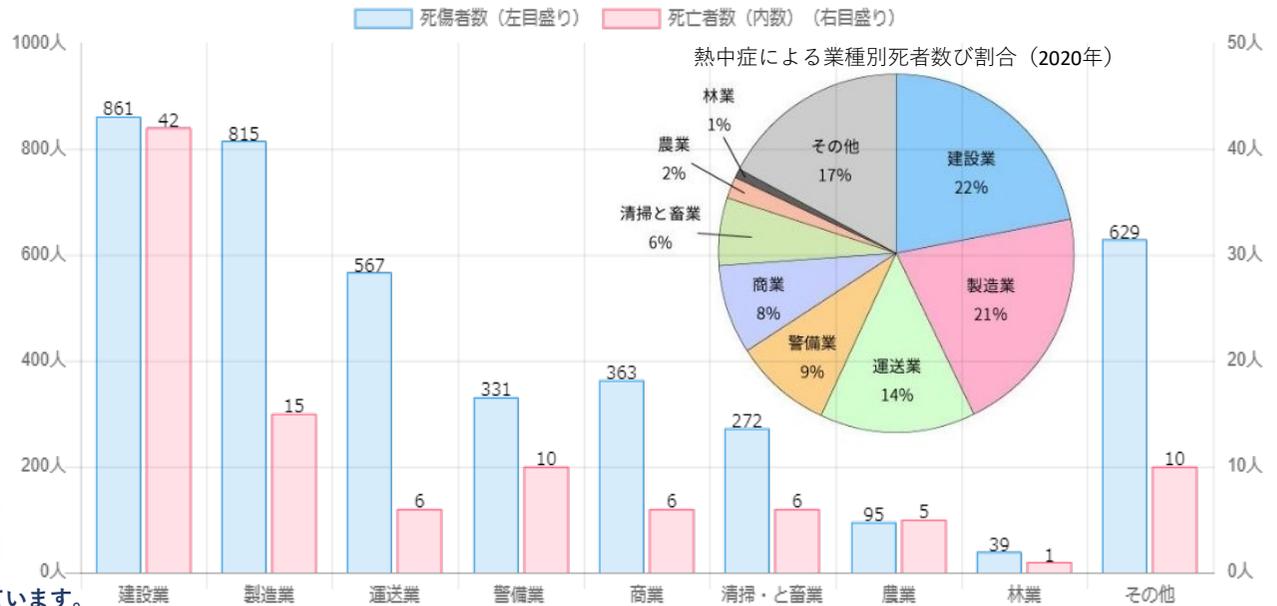
塩分と甘さを含んだ水分は体に吸収されやすく、汗で塩分を放出
することが、熱中症予防へと繋がります。

下記グラフからは、熱中症により建設業界から毎年多くの命が
奪われていることも読み取れます。

熱中症について理解を深め、熱中症に負けない元気なからだ作り
作りを行っていきましょう！

参考：職場で起こる熱中症 <https://neccyusho.mhlw.go.jp/heatstroke/>

熱中症による業種別死傷者（2016年～2020年計）



【熱中症予防のためのポイント】

① こまめな水分・塩分補給を行うこと



② 暑さを避けること

③ 朝食を食べること



④ 十分な睡眠を確保すること

⑤ 風邪・二日酔いでないこと



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

港KOMACHIBAはSDGs に向けた取組みを行っています。