

熱中症を予防しよう！

《熱中症とは》

暑さや湿度が高い環境で、
体温の調整がうまくいかず、
めまいやだるさなどの症状がおこり、
体の調子がおかしくなること。



《熱中症対策として》

- ・窓を開けて風通しよく！
- ・エアコンつけて室内を涼しく！
- ・こまめに水分補給！（1日1～1.5リットルが目安）
- ・適度に塩分補給！
- ・体調がおかしいと思ったらすぐに受診！！



相談やお問合せは ☎0175-28-5700



☆保健福祉センターだより☆

官台山温泉の8月営業日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	⑦	8	9	10
⑪	⑫	13	⑭	15	16	17
18	19	20	⑳	22	23	24
25	26	27	㉔	29	30	31

■は13時～20時 □は10時～20時 ○は休業日
入浴受付時間は19時30分までとなっております。

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう！！

【東通村保健福祉センター ☎0175-28-5600】

祝日休業のお知らせ

8月11日（山の日）
8月12日（振替休日）
祝日のため、休業です。

洗い場は、ゆずりあって
ご使用ください。

TEL 28-5600

入浴料金			
6歳～11歳	100円	6歳未満	無料
12歳～69歳	200円	70歳以上	無料
		障害者	無料