

熱中症

にご注意を!

◆問い合わせ／

柳井地区広域消防組合警防救急課

☎0820(23)7773

熱中症はちょっとした注意で防ぐことができます。

1 体調を整える

睡眠不足や風邪気味など、体調の悪いときは暑い日中の外出や運動は控えましょう。

2 服装に注意

通気性のよい服を着て、外出時には帽子や日傘を使いましょう。

3 こまめに水分補給

「のどが渴いた」と感じたときには、すでにかんりの水分不足になっていることが多いものです。定期的に少しずつ水分を補給しましょう。特に夏場は0.1%程度の塩水またはスポーツドリンクを飲むのがおすすめです。

4 年齢も考慮に入れて

発育途中の子どもや高齢者は熱中症にかかりやすいので、予防を心がけましょう。



熱中症かな?
と思ったら

熱中症に
ならないために



熱中症かも、と思ったら真っ先にすることを挙げてみました。自分でもできる応急処置です。

1 涼しい日陰やクーラーの効いた室内などに移動する。

2 衣類をゆるめて休む。

3 体を冷やす。

水や冷たい水でぬらしたタオルを手足に当てる。

4 水分を補給する。

このとき、水分だけでなく0.1%程度の塩水かスポーツドリンクを少しずつ何回にも分けて補給する。

軽い症状の場合は以上の処置でよい場合もありますが、「気分が悪い」「意識がぼんやりしている」「反応が鈍い」という場合には、すぐ救急車を呼びましょう。

◎教養学部

○全科履修生

4年以上在学し、「学士(教養)」の学位の取得を目指す学生。

○選科履修生

1年間在学し、希望する科目を一科目から履修する学生。

○科目履修生

1学期(6か月)間在学し、希望する科目を一科目から履修する学生。

◎大学院

○修士全科生(平成18年4月入学)

2年以上在学し、「修士(学術)」の学位取得を目指す学生。

○修士選科生

1年間在学し、希望する科目を一科目から履修する学生。

○修士科目生

1学期(6か月)間在学し、希望する科目を一科目から履修する学生。

■出願受付期間／

6月15日(水)から8月31日(水)まで(大学本部必着)

(修士全科生は9月1日(木)から14日(水)まで(大学本部必着))

■資料請求・問い合わせ／放送大学山口学習センター

〒756-0884 山陽小野田市大学通1-1-1
(山口東京理科大学構内)

☎0836(88)3020

放送大学ホームページ <http://www.u-air.ac.jp/>

放送大学は、満15歳以上であればだれでも無試験で入学でき、学びたい科目を一科目から、自宅に居ながらテレビで学べる通信制の大学です。現在、県内で約千人の方が、全国では約十万人の方が学んでおり、その98パーセント以上は会社員、公務員、自営業、主婦、定年退職者等の社会人です。放送大学では、次とおり平成17年10月入学生を募集しています。この機会に学んでみませんか?

放送大学で学んでみませんか?
平成17年10月入学生募集