

気をつけまっし！ヒートショック

Please be careful to avoid heat shock

注意防止突然晕倒打击

～凍えるような冬、ぶるぶる震えながら浴槽に急ぐ～

なんていうことはありませんか？

「ヒートショック」って？

急激な温度変化により血圧が大きく変化すると…

失神や脳梗塞、心筋梗塞などにつながり

突然死の大きな要因となります



温泉入浴時の3ヶ条



入浴前後の温度差を少なく！

Reduce the difference in temperature before and after bathing
減少入浴前后的温度差



飲酒、飲食後の入浴は避ける！

Refrain from bathing after meals or drinking
避免饮酒和餐饮后的入浴



一人での入浴は控える！

Refrain from bathing alone
尽量不要独自入浴

小松市イメージキャラクター
「カブッキー」

小松市消防本部