熱中症は予防が大事

昨年、出雲市消防本部では、熱中症により**１２３名**の方を救急搬送し、**過去最多**を記録しました。
屋外・屋内問わず発生しており、その中でも、**住宅**での発生が一番多く、**全体の４割近く**にのぼります。
熱中症は、誰でもかかってしまう可能性がありますが、しっかり対策をすることで**予防**できます。
熱中症警戒アラートに注意するなど、的確に情報を収集し、万全の対策をお願いします。
猛暑を乗り切り、楽しい夏を過ごしましょう。

熱中症予防のポイント

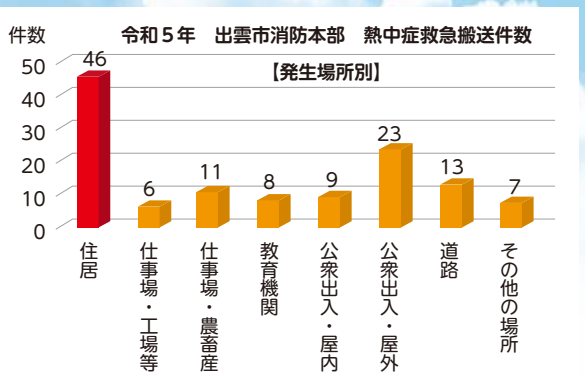
暑さを避けよう

こまめに水分補給をしよう

エアコン・扇風機を使おう

積極的な休息を

高齢者や子どもは特に注意が必要です！



命を守る行動を
応答がおかしいときは
ためらわず１１９番通報！

おたずね／出雲市消防本部 警防課　☎２１－６９９９

熱中症警戒アラートを活用しましょう！

「熱中症警戒アラート」とは、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとっていただくよう促すための情報です。
「熱中症警戒アラート」が発表された日は、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう。

＜熱中症警戒アラートが発表されたら＞

○外での運動は、原則、中止または延期をしましょう。
○昼夜を問わず、エアコンを使用しましょう。
○普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう。

島根県に熱中症警戒アラートが発表された場合は、防災行政無線や市のホームページでお知らせします。また、熱中症警戒アラートの情報は、メール配信サービスや環境省公式LINEからも取得することができます。詳しくは、右記の二次元コードからご確認ください。

環境省メール配信サービス

環境省公式LINEアカウント

暑くなり、食中毒の発生するシーズンになりました

「気温上昇」「高い湿度」に要注意!!

食中毒は、毎日食べている家庭の食事でも発生し、普段当たり前にしていることが思わぬ食中毒を引き起こすことがあります。家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が１人や２人であったりすることから、風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。

【食中毒による主な症状】吐き気、嘔吐、腹痛、下痢など

☆食中毒予防の3原則　食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

家庭でできる食中毒予防

◎肉、魚、野菜等の生鮮食品は新鮮な物を購入する
◎冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる
◎タオルやふきんは清潔なものと交換する
◎調理の前、食事の前は丁寧に手洗いをする
◎加熱が必要な食品は、中心部まで加熱する
◎冷蔵庫を過信しない（残った食品は時間が経ち過ぎたら思い切って捨てる）

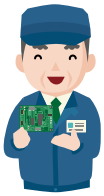
おたずね／健康増進課　☎２１－６８２９

高校生 企業見学会

職場見学を通じて、市内企業の仕事内容や特色などを知り、地元での就職の促進と、大学進学後を含めた将来の進路選択に活かしてもらうための見学会です。実際の仕事の現場を見に行きませんか？

日　時 8月6日(火)12:30～17:00(予定)

見学先 市内企業３社
- 株式会社日本ハイソフト
- 清水建設・中筋組 特定建設工事共同企業体（旧大社駅保存修理工事現場）
- ヒラタ精機株式会社



費用 参加費無料　**服装** 動きやすい服装

対象 市内在住の高校生（保護者の方も１名同伴可能）
※学年、進学・就職希望は問いません。

申込 事前にホームページから申込が必要です。

定員 30名（先着順）

「ＪＲ出雲市駅」発着の貸切バス移動を予定しています

スケジュール、申込方法など詳しくは「ジョブ・ナビIZUMO」でご確認ください。

ジョブ・ナビＩＺＵＭＯ　検索

おたずね／産業政策課　☎２４－７６２０　メール koyou@city.izumo.shimane.jp

出雲おしごと Meet Up ～学生×若手社員交流会～ ＋ 企業見学会

学生の帰省・夏季休暇の時期にあわせて実施する、若手社員との交流イベントです。市内企業を見学した後、日御碕の夕日を見ながら学生同士や若手社員の皆さんと楽しくお話してみませんか？

日時 8月21日(水)13:00～20:00(予定)

見学先・会場
- ●企業見学会／市内企業２社
  - ・株式会社シーエスエー
  - ・神戸天然物化学株式会社 出雲工場
- ●交　流　会／日御碕サテライトオフィス（大社町日御碕521-1）

参加者へプレゼント！「出雲縁結びポケット人生ゲーム」

おいしいお食事付き！ 出雲のお店のケータリングをご用意します。楽しく交流しましょう！

「ＪＲ出雲市駅」発着の貸切バス移動を予定しています

費用 参加費無料　**服装** 自由　**定員** 30名（先着順）

対象 大学、短大、高専等に在籍する学生
※高校生以下を除く。学年・出身地は問いません。

申込 事前にホームページから申込が必要です。

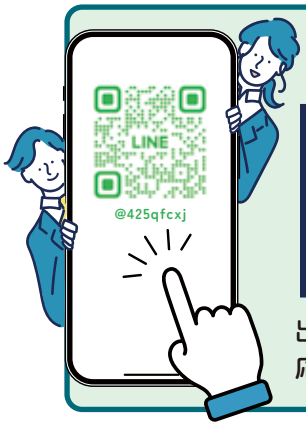
参加企業の確認や申込方法など詳しくは「ジョブ・ナビIZUMO」でご確認ください。

ジョブ・ナビＩＺＵＭＯ　検索

おたずね／産業政策課　☎２４－７６２０　メール koyou@city.izumo.shimane.jp

出雲市学生就職サポーター公式LINE

友だち募集中



メリットその１ 必要な情報を適宜発信します
- 出雲市（関連団体）主催の就活イベント情報
- ジョブナビＩＺＵＭＯ最新情報（イベントレポート特集記事等）
- 就活お役立ち情報 など

メリットその２ 就活に関する各種相談に応じます
1. 就職相談（各種相談、企業紹介）
2. 職場見学（アポ取り、見学同行）
3. 応募書類添削
4. 模擬面接

予約できる 対面、電話、ビデオ通話　秘密厳守　チャットで気軽に！

出雲で就職したい学生の皆さんの就職活動を応援します。ぜひご登録ください！

登録方法など詳しくはこちら