

ヒートショックに注意

入浴中はヒートショックによる急死が多く発生

あんだそれ？

寒い脱衣所から暖かい浴室に入ったときなど、急激な温度変化で血圧が大きく変動して脳卒中や心筋梗塞を誘発、意識障害などが起きる現象のこと。

お風呂での対策

- ① 脱衣所や浴室は暖める
- ② 湯船は41℃以下に
- ③ 入浴する前は、家族に一声を
- ④ 飲酒後は入らない
- ⑤ 入浴前後に、しっかり水分補給

冬場の入浴に潜む危険!?

問 銚子市消防署 ☎(22)0119



今は何に注意するの？

季節性インフルエンザとの同時流行
発熱外来がひっ迫する恐れも

感染拡大前にインフルエンザワクチンの接種を

用意しておいた方が良いものは？

- ・新型コロナ抗原定性検査キット
- ・解熱鎮痛薬

＼早めに購入しておこう！



早めに予約を

接種は3月末に終了予定

※12月14日現在の情報です

▼国の方針変更があれば別にお知らせします

初回(1・2回目)接種は2月28日(火)まで

*接種済証の紛失にご注意ください

接種券 対象者全員に発送済

接種方法 個別接種のみ(集団接種は令和4年12月に終了)

実施医療機関は市ホームページをご覧ください
コールセンターへお問い合わせください

新型コロナウイルス ワクチン接種

問 銚子市ワクチン接種コールセンター

☎(21)5558 9時～17時 1月から平日のみ開設

12月29日～1月3日は開設なし

