NITTO NEWS VOL63
令和元年6月号
日東商事株式会社
茨城県つくばみらい市板橋2210
TEL0297-21-9191
http//www.nittoshouji.co

熱中症の症状を経営者と従業員（パート含む）、従業員同士でシェアして適切な対応をしていきましょう！

分類	症状
Ⅰ度 (軽度)	**めまい・失神** 「たちくらみ」とういう状態で、脳への血流が瞬間的に不充分になったことを示し、“熱失神”と呼ぶこともある。運動をやめた直後に起こることが多いとされている。脈が速くて弱くなり、顔面蒼白、呼吸回数の増加、唇の痺れなどもみられる。） **筋肉痛・筋肉の硬直** （筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴う。発汗に伴う塩分（ナトリウム等）の欠乏により生じる。“熱けいれん”と呼ぶこともある。全身のけいれんはこの段階ではみられない。） 意識：正常　体温：正常　皮膚：正常　発汗：(＋)
Ⅱ度 (中等度)	**頭痛・吐き気・嘔吐・下痢・倦怠感・虚脱感・失神・気分の不快・判断力や集中力の低下、いくつかの症状が重なり合って起こる。** （体がぐったりする、力が入らないなどがあり、従来から“熱疲労”と言われていた状態。放置あるいは誤った判断を行えば重症化し、Ⅲ度へ移行する危険性がある。） 意識：正常　体温：～39℃　皮膚：冷たい　発汗：(＋)
Ⅲ度 (重度)	**意識障害・けいれん・手足の運動障害・おかしな言動や行動・過呼吸・ショック症状などが、Ⅱ度の症状に重なり合って起こる。** （呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある、真直ぐ走れない・歩けないなど。） **高体温** （体に触ると熱いという感触がある。従来から“熱射病”や“重度の日射病”と言われていたものがこれに相当する。）

上記のまとめ！日ごろの対策！

1、「水分を」こまめにとろう

2、「塩分を」ほどよく取ろう

3、「睡眠環境を」快適に保とう

4、「丈夫な体を」つくろう

塩分補給菓子ブランドNO1！

塩分チャージタブレット
大容量　236粒入り
1,500円（税別）

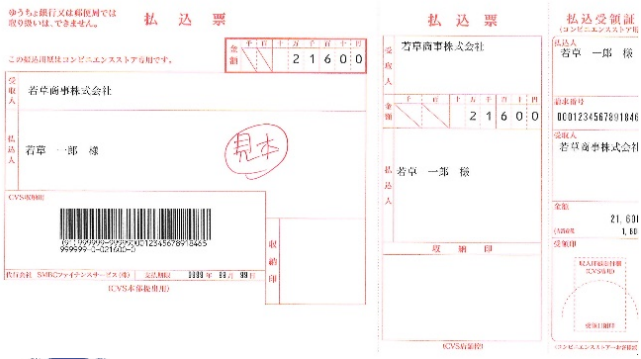
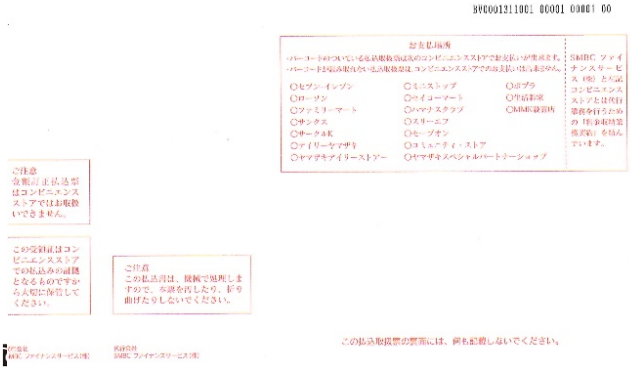
クリーニング業界の
お問い合わせは
かなめ流通グループ

日東商事からのお知らせ

コンビニ決済
できるようになりました

申し込みは簡単！！
電話一本！！

弊社担当者に「コンビニ決済」とお申し付けください。もしくは弊社までお電話ください

0297-21-9191

1、その月から決済可能！！
2、手数料はかかりません！！
3、お近くのコンビニの受付で簡単決済！！