

なる前に防ぐ。なってからじゃ遅い

# 熱中症注意!

めまいや頭痛、大量の汗が出たときにはすでに熱中症になっているかもしれません。  
命を守るために、事前の予防を徹底しましょう。

エアコンは  
ためらわず使用



日傘や帽子で

直射日光をブロック



朝、入浴前後に  
コップ一杯(200ml)

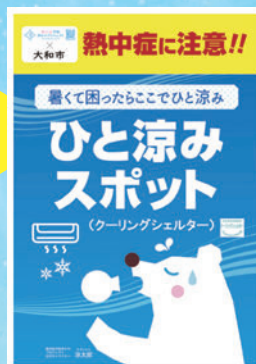
## ひと涼みスポットを ご利用ください

市内には、休息利用できる冷房の効いたひと涼みスポット(クーリングシェルター)があります。外出する際は無理せず、涼しい建物で早めに休憩しましょう。

このポスター  
が目印!



詳しくはこちらを  
ご覧ください。



「ひと涼みアワード2026」  
優秀賞を受賞

環境省が参画するプロジェクト主催の「ひと涼みアワード2026」において、市の熱中症予防の取り組みがリアル啓発部門で優秀賞を受賞しました。



保健福祉センター別館健康づくり推進課地域保健活動係 ☎(260)5663 FAX(260)1350

## 市公式 Instagram アカウントを開設

ID:yamato\_sweets\_story  
表示名:やまとスイーツカタログ



「大和で見つける小さなご褒美」をコンセプトに「市内の洋菓子店・和菓子店」を紹介しています。

市民アンケートで寄せられたお店の人気商品や、お菓子職人の思い、こだわりなどをお伝えします。

市役所広報課市政PR戦略係 ☎(260)5314 FAX(261)4592

大和市は自主財源を確保するため、「広報やまと」に広告を掲載しています。