



## 熱中症を予防して元気な夏を!



能代山本消防本部では、昨年18名の熱中症の方を救急車で搬送しています。  
これから暑くなる時期を迎えます。次のことに注意して、熱中症の予防に努めましょう。  
(昨年は6月中旬から発生しています。)

### 熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェックしましょう。  
(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします)
- 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機などを活用しましょう。
- のどが渇かなくても、こまめに水分補給しましょう。
- 外出するときは、体をしめつけない涼しい服装と日よけ対策をしましょう。
- 無理な運動などはせず、適度に休憩しましょう。
- 栄養バランスの良い食事と体力づくりをしましょう。

### こんな時は救急車をよびましょう!

- 自分で水分補給できないときや、脱力感、倦怠感が強くて動けないとき。
- 意識がない(おかしい)、あるいは全身のけいれんなどの症状があるとき。



【お問い合わせ先】二ツ井消防署 藤里分署 救急担当 ☎79-1119

## 能代山本広域市町村圏組合消防職員採用試験のお知らせ

平成29年度消防職員採用試験を次のとおり行います。

【試験区分】上級・初級

【採用予定人員】上級・初級合わせて2名

【受験資格等の主なるもの】

- 上級…平成5年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者で、大学を卒業又は、平成30年3月31日までに卒業見込みの者
- 初級…平成5年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた者で、高校又は、短期大学を卒業又は、平成30年3月31日までに卒業見込みの者
- 身体…身長は、男性にあってはおおむね160cm以上、女性にあってはおおむね155cm以上、体重は、男性にあってはおおむね50kg以上、女性にあってはおおむね45kg以上等
- 採用後に、管轄区域内(能代市山本郡内)に居住できる者

【試験の期日及び場所】

平成29年9月17日(日) 秋田しらかみ看護学院(能代市落合字下悪土120番地)

【受付期間等】

平成29年7月18日(火)～8月16日(水)まで(土、日曜日及び祭日は除く。)

【必要書類等】

- 受験申込書は能代山本広域市町村圏組合消防本部総務課に請求してください。
  - 郵便による申込書請求の場合は、宛先、郵便番号を明記して120円切手を貼った返信用封筒(A4判用)を必ず同封してください。
- ※その他、詳細については、下記までお問い合わせください。

【申込・お問い合わせ先】能代山本広域市町村圏組合消防本部総務課

〒016-0851 能代市緑町2番22号 ☎52-0403