



熱中症予防行動をとしましょう!

熱中症警戒アラート

をチェック!



見守り・声がけ!



適切に

エアコンを使おう!



こまめに

水分・塩分を補給!



熱中症は誰でも危険! 油断は大敵です!



市では、暑さをしのぎ熱中症による重大な被害を防止することを目的として、指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)を指定しています。クーリングシェルターは、熱中症特別警戒アラートの発表時に開放します。クーリングシェルターの場所、開放時間等については、生活環境課のホームページをご覧ください。

熱中症特別警戒アラートとは

広域的に過去に例のない危険な暑さ等により、熱中症救急搬送者数の大量発生を招き、医療の提供に支障が生じるような恐れがある場合に発表されます。都道府県内の全暑さ指数状況提供地点(※)で暑さ指数 35 以上となることが予測されます。

※気候変動適応法施行規則の別表に掲げる情報提供地点を除く。

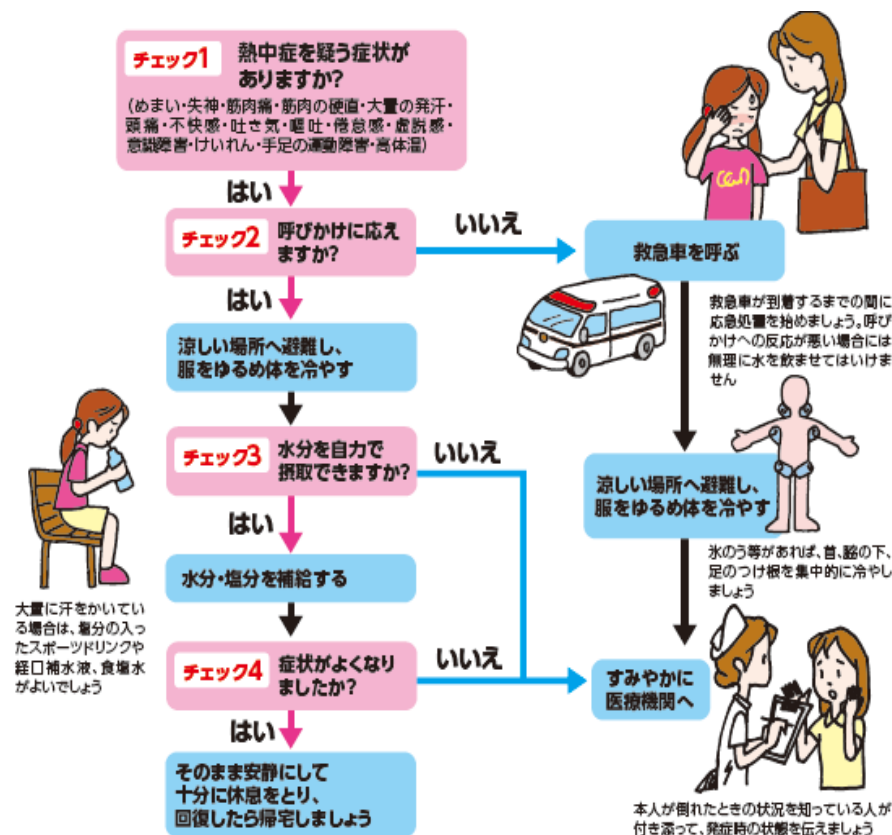
暑さ指数とは

人体と外気との熱のやり取り(熱収支)に着目し、気温、湿度、日射・輻射、風の要素をもとに算出する指数です。暑さ指数が 28 以上になると熱中症の救急搬送の発生率が増えるといった分析もあることから、厳重な警戒が必要です。

【出典】環境省熱中症予防情報サイト##熱中症の対処方法(応急処置)

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認して対処しましょう。最初の措置が肝心です。



体温を効果的に下げるための方法の例

- ・上着を脱がせ、服をゆるめて風通しを良くする。
- ・皮膚に濡らしたタオルやハンカチをあて、うちわや扇風機であおぐ。
- ・服の上から少しずつ冷やした水をかける。
- ・氷のうや冷えたペットボトルなどを、首、脇の下、足のつけ根にあてて冷やす。