

特集

その暑さ、ガマンしないで！

～大切な人を**熱中症**から守るために～

熱中症はどのようにして起こるの？

環境



- ・気温・湿度が高い
- ・風が弱い
- ・急に暑くなった日

からだ



- ・高齢者や乳幼児
- ・脱水状態
- ・体調不良や低栄養状態

行動



- ・激しい運動
- ・長時間の屋外作業
- ・水分補給できない状況

これらの要因により
身体のバランスが破たんすると…



熱中症



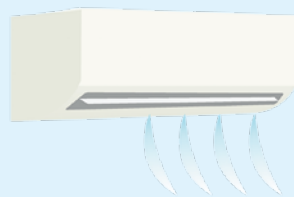
汗や皮膚温度で体温が調整できず、体温上昇

熱中症を予防するには？



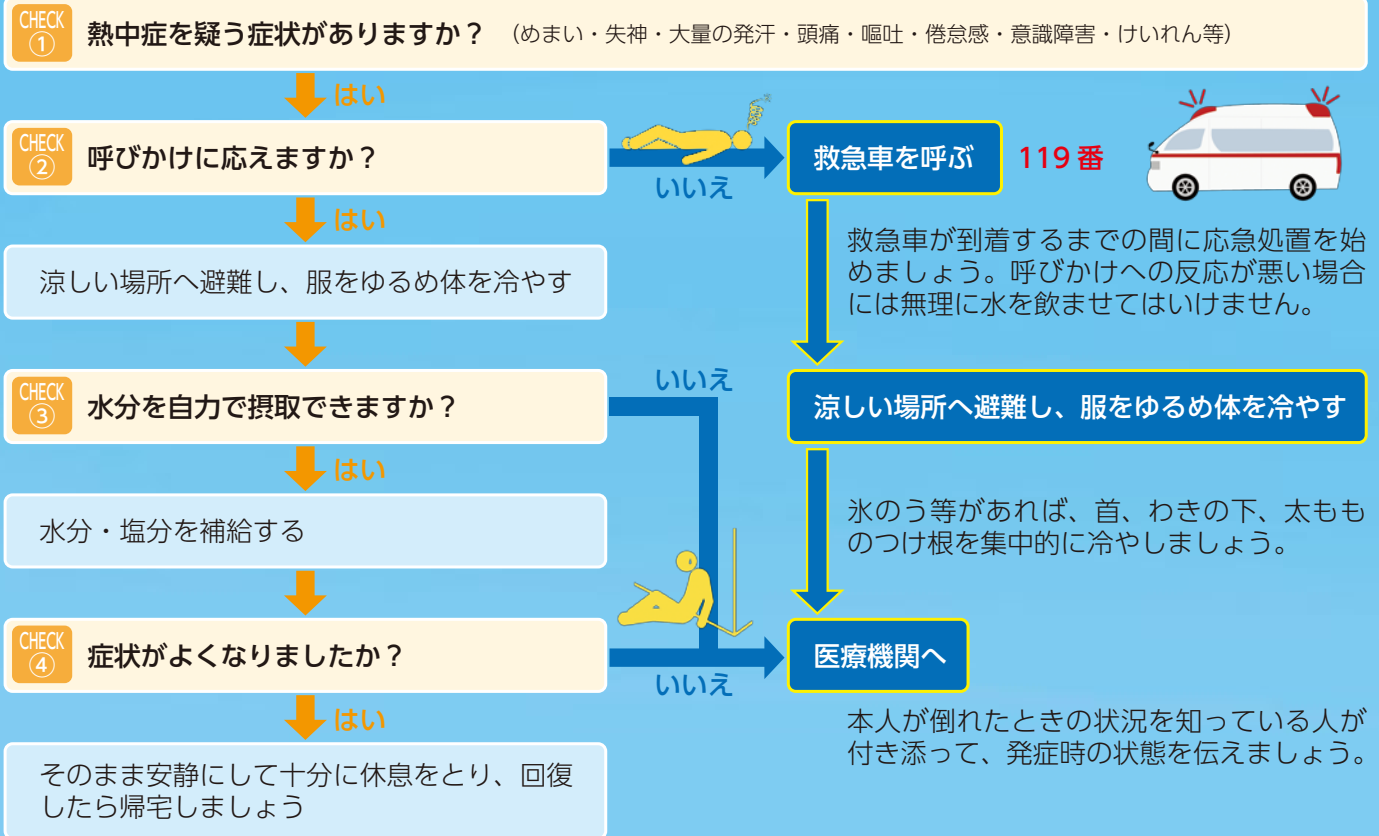
▲暑さ指数
はこちら

- ☑ 気温、湿度、暑さ指数を気にしよう
- ☑ エアコン等で適切な室温に調整しよう
→室内にいても熱中症になるリスクはあります
- ☑ 衣服を工夫しよう
→吸湿性や速乾性のある下着や綿・麻等の通気性のよい衣服を着用しましょう
- ☑ こまめに水分・塩分をとろう
→室内やのどが乾いていない時も水分・塩分をとりましょう
- ☑ 十分な睡眠とバランスの良い食事を摂取しよう
- ☑ 冷却グッズを活用しよう



【保存版】もしものときの応急処置

※環境省「熱中症環境保健マニュアル」引用



「クーリングシェルター」「クールスポット」で熱中症予防

実施期間
6/1～9/30

熱中症対策の一環として高齢者や子ども連れの方等が熱中症を発症することがないように、暑さをしのぐ場所として、下表の施設を開放します(施設開館時間に限る)。

○「クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)」:市内の公共施設(16か所)

●「クールスポット(涼みどころ)」:民間事業者の協力施設(4か所5事業者)

※本来クーリングシェルターは、「熱中症特別警戒アラート」が発表された際に開放される施設ですが、本市では、実施期間中は通常時でも開放します。



地区	施設名・所在地	地区	施設名・所在地
西枇杷島	○西枇杷島福祉センター(西枇杷島町大野37-1)	新川	○市役所西館(須ヶ口1238)
	○にしび創造センター(西枇杷島町小田井1-12-1)		○新川防災センター(中河原10)
	○みずとぴあ庄内(西枇杷島町北枇杷池15-1)		○新川福祉センター(助七1-193)
	○にしびさわやかプラザ(西枇杷島町住吉1-1)		○カルチバ新川(寺野美鈴60)
	●(株)ヤマナカ 西枇杷島店 ●ロイヤルホームセンター(株) 西枇杷島店 (ともに 西枇杷島町押花5)		●ツジドラッグ 清須店(東外町36)
清洲	○清洲城(芸能文化館)(朝日城屋敷1-1)	春日	○春日公民館(春日東出8-2)
	○清洲ふるさとのやかた(清洲古城479-1)		○春日老人福祉センター(春日振形129)
	○清洲総合福祉センター(一場古城604-15)		○市立図書館(春日夢の森1)
	○清洲市民センター(清洲弁天96-1)		●コーナン清須東店(春日立作1)
	○五条川防災センター(清洲1-6-1)		
	●ヨシツヤ清洲店(西市場5-5-3)		