

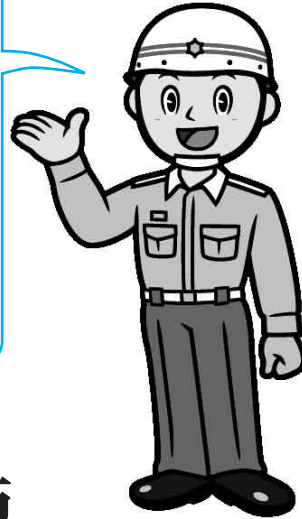
# 熱中症にご用心

熱中症は暑い真夏だけにおこると思っていませんか？

一般に熱中症とは、熱が身体の中にもってしまい、体温や水分を身体がうまくコントロールできなくなった状態といわれています。

梅雨などで湿度が高く暑くなり始める今頃の季節は、暑さに身体が慣れていないために、熱中症を起す危険が非常に高い季節でもあります。

・特にお年寄りや子どもなどは、ちょっとした温度の変化でも容易に熱中症を引き起こしますので注意が必要です。



しょうぼうの広場

火災・救急・救助は・・・

119

## そこが知りたい！ 熱中症の恐怖

熱中症の症状は？

症状としては、頭痛や吐き気、全身の倦怠感や脱力感、筋肉のけいれんなどです。

さらに進行して重症になると意識障害をおこしたり、40度以上の高体温から死亡することもあります。

熱中症の予防法は？

一番大事なことは熱中症にならないように予防することです。次のことに注意してください。

炎天下や暑い場所での長時間の作業やスポーツはできるだけ避けましょう。

十分に水分補給しましょう。体調が悪いときは無理をしないようにしましょう。

まめに休憩を取りましょう。帽子や日傘をさすなど、直射日に当たらないようにしましょう。

熱中症かと思ったら？

暑さの中で少しでも身体に異常を感じたら、無理をしないようにしてください。

衣服をゆるめて楽にし、風通しのよい日陰や冷房の効いた所に移動しましょう。

### 昨年の熱中症データブック

町内でも昨年は2人のお年寄りが亡くなるなどの痛ましい事故が発生しました。

- ☆発生件数・・・14件
- ☆発生時の最高気温・・・36.0℃
- ☆ " 最低気温・・・26.5℃
- ☆発生時期・・・7月～9月に集中
- ☆発症年齢・・・15歳～83歳
- ※半数の7件が65歳以上のお年寄り□



冷たいタオルなどを脇の下や足の付け根などにおいて体温を下げてあげます。意識のはっきりしている人であれば水分を補給させましょう。

意識のない人に無理やり飲ませてはいけません。

### 消防一口メモ

必要ですか？

その救急車

・救急車は、けがや急病などで「緊急に病院に搬送」しなければならぬ傷病者のためのものです。

・緊急ではないのに救急車を要請すると、本当に救急車を必要とする事故が発生した場合、到着が遅れることで、救える命が救えなくなるおそれがあります。

・緊急性がない場合は、救急車以外の交通機関等を利用して病院へ行くなど、救急車の適正な利用にご協力ください。

### 4月の火災・救急情報



#### 救 急

◆出動件数	85件
◆運んだ人	81人
◆内 訳	
病	31件 29人
交通事故	9件 7人
その他	45件 45人

#### 火 災

◆発生件数 0件