

熱中症予防の追加対策について

1 現状

平成30年7月2日から22日までの都内における熱中症による救急搬送人員数は、2,954人と昨年同期比で1,558人増加している。また、7月23日の1日における搬送人員が371人で平成30年中最多となるなど、熱中症予防については最大限の注意が求められている状況である。(総務省消防庁・東京消防庁発表資料より)

2 追加対策

本区においては、これまでも区民に対し熱中症予防について注意喚起をするとともに、高齢者の熱中症対策事業を実施してきたが、現在の気象状況や都内における救急搬送状況などを踏まえ、以下のとおり追加対策を8月下旬を目途に実施する。なお、気象状況等により継続について判断する。

(1) 区有施設における「涼み処」の拡大

既に「涼み処」を実施している老人いこいの家、高齢者センターに加え、総合庁舎、住区センターなどを「涼み処」とし、積極的に区民等を受入れる。

※拡大する施設は、順次ホームページ等で公表する。

(2) 事業実施における事故防止の取組

区民を対象とする事業等を実施する場合は、屋内外を問わず熱中症予防対策を確実に行之、参加者の状況を把握する。また、事業そのものの見直しなども含め事故防止には万全を期すこととする。

(3) 注意喚起の徹底

公式ホームページへの掲載など従来の媒体に加え、メールマガジンや防災無線を利用して注意喚起を行う。

3 その他

区が既に実施している主な熱中症対策事業。

(1) 高齢者の熱中症対策事業(別紙)

(2) 区報・ホームページ等による熱中症予防に関する注意喚起広報

(3) 生活安全パトロールによる注意喚起広報

以 上



高齢者の熱中症対策事業の実施について

1 経緯

近年の猛暑による高齢者熱中症の増加や、高齢になるほど重症化しやすいことなどを踏まえ、昨年度に引き続き、高齢者を対象とした熱中症対策事業を実施する。

2 事業概要

(1) 啓発グッズ及び啓発チラシの配布 (別紙1、2)

ひとりぐらし等高齢者登録者及び要支援高齢者に、啓発グッズ (クールタオル) 及び啓発チラシを配布し、熱中症に対する注意喚起を行う。

ア ひとりぐらし等高齢者登録者

- ①民生児童委員への情報提供同意者 民生児童委員の個別訪問調査にあわせ配布
- ②民生児童委員への情報提供非同意者 個別郵送により配布

イ 要支援高齢者

地域包括支援センター職員等の個別訪問により配布

(2) 老人いこいの家 (24 か所) 及び高齢者センターの談話コーナー等を、高齢者が一時的に避難できる場所「涼み処」として活用する。

ア 各施設の入り口に、のぼり旗「涼み処」を掲出する (別紙1)。

イ 「涼み処」において、麦茶の提供を行う。

(3) 経口補水液・補水ゼリーの配布

地域包括支援センター等で把握している支援が必要な高齢者に対し、水分摂取の保健指導を行うとともに、経口補水液・補水ゼリーを配布する。

(4) その他

ア 地域包括支援センターの窓口などで、啓発チラシを配布する。

イ 区事業等への参加者に対し、啓発グッズなどを活用して熱中症予防の啓発を行う。

ウ 介護事業者連絡会等で、高齢者の熱中症対策を呼びかける。

3 実施期間

平成30年5月25日 (金) ～9月下旬

(1) ひとりぐらし等高齢者登録者への民生児童委員の訪問 5月25日 (金) ～7月下旬

(2) 「涼み処」の開設 5月25日 (金) ～9月下旬

4 周知方法

めぐろ区報 (6月5日号) 及びホームページで周知する。

以上

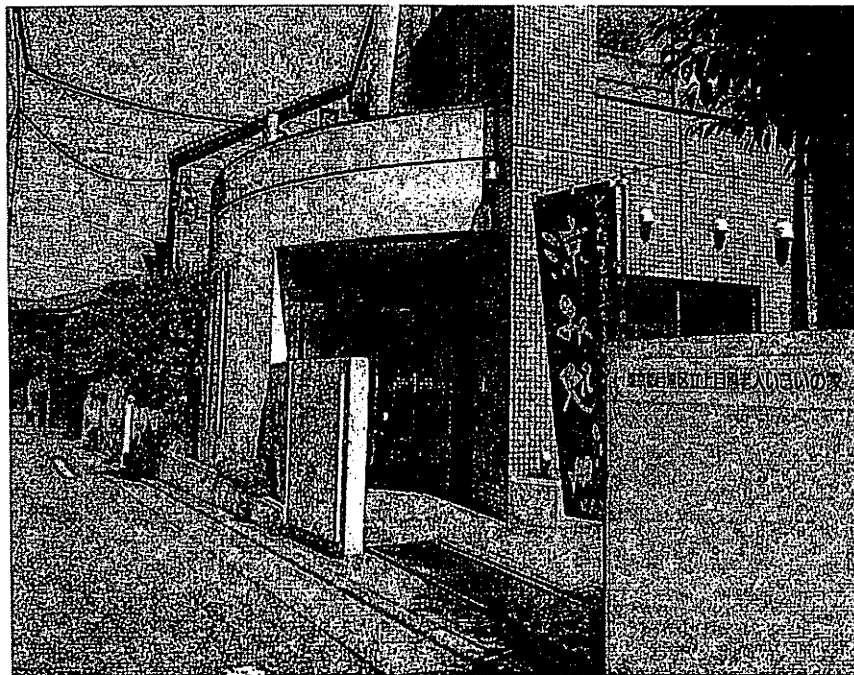
【啓発グッズ】

クールタオル (イメージ)



【涼み処】

のぼり旗掲出 (イメージ)



その症状
もしかしたら...

熱中症かも?

- ≫ めまい、立ちくらみ
- ≫ こむら返り
- ≫ 大量な汗
- ≫ ひどい頭痛
- ≫ からだがだるい(倦怠感)

こんな
症状に
注意

- ≫ 意識がない
- ≫ 体のけいれん
- ≫ 呼びかけに対し返事がおかしい
- ≫ 高い体温

対処法

- ≫ 涼しい場所へ移動させる
- ≫ 冷たいタオルで、首の後ろ、わきの下、足のつけ根を冷やす

それでも
回復しない
時は...

対処法

- ≫ 冷たい水を飲ませる
- ≫ 大量な汗の時はスポーツ飲料が良い
(吐いている時は、無理に飲ませない)

自分で水分が
飲めない時は

それでも回復しない時は

医療機関へ

熱中症の危険

高齢者の熱中症で気になることがありましたら
各包括支援センターへご連絡ください

- 北部包括支援センター ... 5428-6891
- 東部包括支援センター ... 5724-8030
- 中央包括支援センター ... 5724-8066
- 南部包括支援センター ... 5724-8033
- 西部包括支援センター ... 5701-7244

迷ったら

東京消防庁救急相談センター 24時間対応
年中無休

#7119

つながらない場合は...

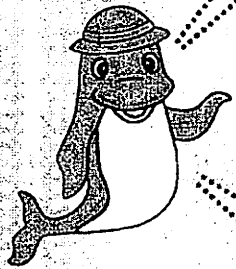
23 ☎ 03(3212)2323



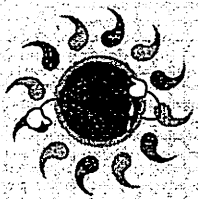
みなさん

熱中症に気を付けて!

【発行】 目黒区健康福祉部地域ケア推進課
電話：5722-9385



熱中症は 予防できます!

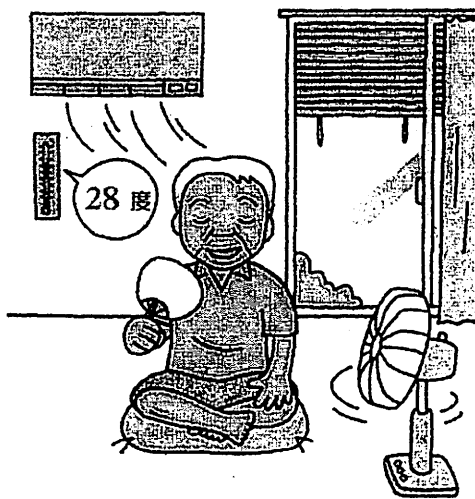


高齢の方が
熱中症になりやすいのは
なぜ?

- ≫ 暑さを感じにくくなっている
- ≫ 体温を下げる調節機能が弱くなっている
- ≫ 体の中の水分量が少なく、脱水状態になりやすい
- ≫ のどの渇きを感じにくくなっている

その1 予防法 1

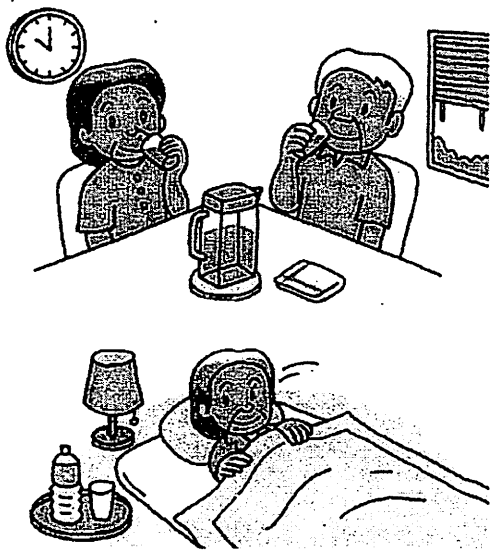
エアコンを上手に活用
室温は28度を超えないように
湿度もチェック



- ◆ すだれやカーテンで直射日光を防ぐ
- ◆ 風通しを良くして高温多湿にならないように
- ◆ 扇風機やエアコンを使う。節電はほどほどに
- ◆ 天気予報も参考に

その2 予防法 2

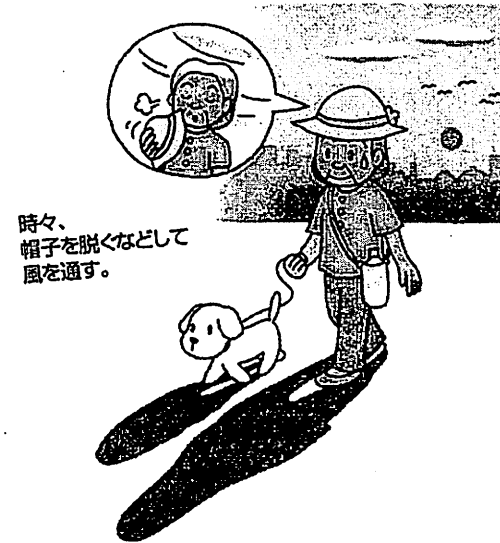
時間を決めて
のどが潤いてなくても
水分補給



- ◆ 食後、外出前後、入浴前後、就寝前、起床時などに水分補給を
- ◆ 就寝中は枕元に水分を準備

その3 予防法 3

外出するときは日差しを避けて
こまめに休憩、こまめに水分補給



- ◆ 朝夕でも油断は禁物、一日中気をつけて
- ◆ 日傘や帽子を利用、なるべく日陰を歩く
- ◆ 外出時はペットボトルや水筒を持参