

2024年自治会ニュース 7月号

「暑い夏を安全に乗り切ろう!!」

# 熱中症 にご注意!!

■粟生第二住宅では、過去に敷地内通路で熱中症で人が倒れていたことがあります。外は暑いから家で過ごせば安心、とも限りません!!

■総務省令和5年8月度のデータによれば、救急搬送された方の熱中症発生場所は

**住居が最も多く41.9%、次いで道路15.4%**

**公衆(屋外)12.6%となっています。**

※公衆(屋外)とは不特定者が出入りする場所の屋外部分(例:競技場、野外コンサート会場、屋外駐車場等)

**熱中症の発生は住居がダントツに多いです!**

■同じデータによると年齢区分別では、

**高齢者(満65歳以上)が最も多く55.0%、次いで**

**成人(満18歳以上65歳未満)35.6%、少年、乳幼児**

**となっています。**

🏠お住まいでは次のような対策をしっかりとお願いいたします!

○適切な冷房、扇風機使用で室温、湿度を適切に保つ(特に寝ているときも)

○こまめな水分補給、塩分補給

○しっかり休憩する(特に、家事や作業の後)

○バランスよい食事での栄養補給

○十分な睡眠時間を確保

○ご近所同士気にかけてあげよう(自分もご近所もいつ熱中症になるかもしれない)