

熱中症に注意しましょう

熱中症の予防には、
「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です

特に、本人が気づきにくい高齢者や乳幼児・子どもの方については、
周囲の人が気をつけてください。



こうして防ごう熱中症！

乳幼児・子どもの特徴

地面の照り返しにより、大人以上に高い温度にさらされやすい



体温調整機能が未熟なため、
熱中症になりやすく注意が必要です。

保護者の方へ

- お子さんの顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう。
- 遊びの最中には、必要に応じて水分補給や休憩をとらせましょう。
- 外出する時は帽子をかぶり、通気性のよい涼しい服装で出かけましょう。
- 日中少しの間でも、お子さんを車に乗せたまま離れないでください。



高齢者の特徴

のどの渇きを感じにくい

汗をかきにくい

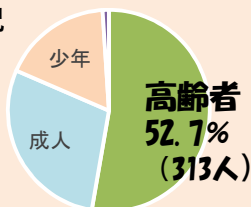


温度に対する感覚が弱くなるため、
自覚症状がなくても熱中症になる危険があります。

- 室温をこまめに確認し、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。
- のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- 暑い日は無理をせず、こまめに休憩をとりましょう。
- 調子が悪いと感じたら、家族や近所の方にそばにいてもらいましょう。



鳥取県内の
救急搬送状況
(熱中症)



平成30年度熱中症搬送者の世代別割合
(鳥取県内の各消防局データより)

熱中症とみられる救急搬送者で、最も多いのは、

65歳以上の高齢者です。

そのうち、「**住居**」での発生が**48%**

家の中でじっとしていも、室温や湿度が高い時には、
熱中症になる場合があります。



家庭や近所でお互いの様子を気づかいあい、「水分とってる?」、
「少し休んだ方がいいよ」など、声をかけあって熱中症を防ぎましょう!

5～9月は『鳥取県熱中症注意月間』です

熱中症警報等の発令について

早めに予防しましょう！

1. 熱中症警戒週間の発表【発表機関：県健康政策課】

(1) 発表・解除の基準

発表

原則毎週金曜日に、気象庁の週間予報において、**向こう1週間の県内の予想最高気温が30℃以上になる日が5日以上予測された場合。**

解除

1週間単位(発表日を含む)の発令とし、自動的に解除とします。

(2) 発表方法 県ホームページ、あんしんトリピーメール(★)等でお知らせします。

発令日は特に
注意が必要！

2. 熱中症特別警報の発令【発令機関：県健康政策課】

(1) 発令・解除の基準

発令

鳥取地方気象台が**午前11時に発表する翌日の県内の予報最高気温が35℃以上になると予想される地域がある**場合。(午前5時に発表する場合もあります)

※警戒週間の発表中、警報を重複して発令することもあります。

解除

発令日から翌日終日(当日の発令にあつては終日、週末の発令にあつては週明けまで)の発令とし、自動的に解除とします。

(2) 発令後の周知方法 熱中症警戒週間の発表方法と同じです。

3. 熱中症警報の発令【発令機関：県健康政策課】

(1) 発令・解除の基準

発令

鳥取地方気象台が**午前11時に発表する翌日の県内の予報最高気温が30℃以上になると予想される地域がある**場合。(午前5時に発表する場合もあります)

※警戒週間の発表中、警報を重複して発令することもあります。

解除

熱中症特別警報の解除と同じです。

(2) 発令後の周知方法 熱中症警戒週間の発表方法と同じです。

★あんしんトリピーメールの登録方法

(1) 次のアドレスに、件名・本文を入れずにメールを送信します。

e-tottori-safe@xpressmail.jp

QRコード対応の携帯電話からは右図を読み取ってください。



(2) 返信メールに記載されたアドレス(URL)へインターネット接続します。

(3) 各項目へ入力し、「次へ」を選択します。

※熱中症関係の情報は、「その他情報【任意】」の「生活・健康情報」の登録者に配信されます。

(4) 全項目入力を終わったら、登録内容を確認し、登録を完了します。

詳しい登録方法は、とりネット(鳥取県公式ホームページ)をご確認ください。

◇お問い合わせ 鳥取県 健康政策課 ☎0857-26-7227
(ホームページ **とりネット 熱中症** のキーワードで検索)

鳥取県