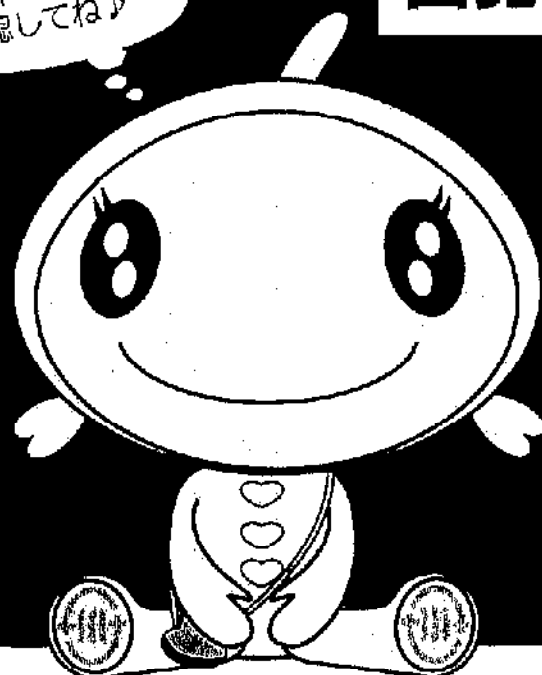


熱中症 を防ぎましょう!

回覧

熱中症予防の
ポイントのチラシも
確認してね♪



熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態です。こどもや高齢者とともに、障害のある方も注意が必要です。

まちのクールオアシス

暑い日に外出した際に、暑さをしのぎ涼むことができる一時休憩所「まちのクールオアシス」を設置しています。

熱中症警戒アラート発表の有無にかかわらず、冷房のきいた身近な施設を気軽にご利用ください。

なお、飲料や暑さ対策用品（クーリングタオル等）は各自でご用意ください。一時休憩所のご利用は各施設の開館時間内となります。



この表示が
目印です

熱中症特別警戒情報(熱中症特別警戒アラート)

埼玉県の暑さ指数 情報提供地点

寄居、熊谷、久喜、
秩父、鳩山、さいたま、
越谷、所沢

気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある時、各都道府県内において、全ての暑さ指数情報提供地点における翌日の日最高「暑さ指数」(WBGT)が35(予測値)に達すると予測される場合に環境省より発表されます。また、アラート発表時には、市町村長が指定した「指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)」が開設されます。

指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)

「熱中症特別警戒アラート」が発表された時に誰でも利用できる避難所です。

飲料や暑さ対策用品(クーリングタオル等)は各自でご用意ください。利用できる日時、場所は右記のとおりです。

※自宅等で涼しい環境が確保できる場合にはクーリングシェルターへの移動は必須ではありません。

実施施設一覧

●滑川町役場庁舎

開設時間 土日祝日を除く平日
8:30~17:15

受入可能人数 10人

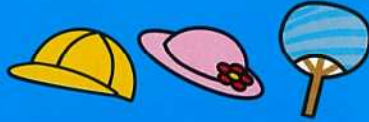
●滑川町コミュニティセンター

開設時間 毎日8:30~21:30

受入可能人数 10人

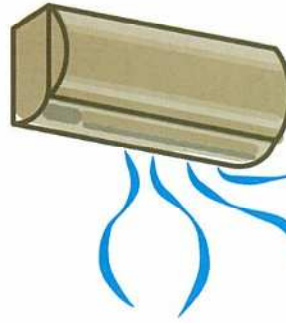
滑川町健康づくり課(保健センター) ☎0493-56-5330

熱中症予防 5つのポイント

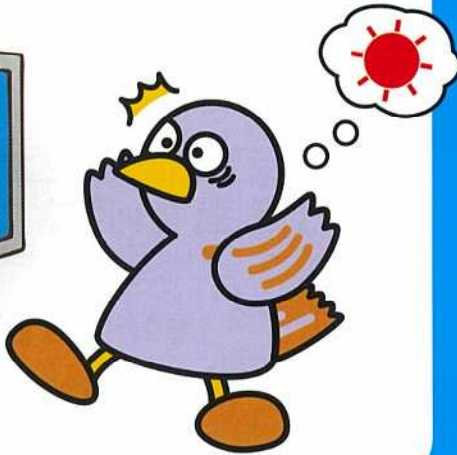


高齢者はエアコンを

上手に



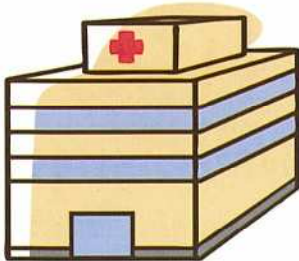
暑くなる日は要注意



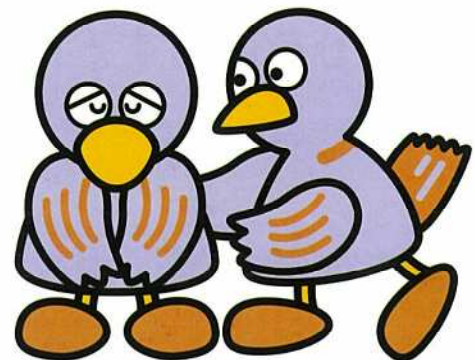
水分はこまめに補給



「おかしい!？」
と思ったら病院へ



周りの人にも気配りを



埼玉県マスコット「コバトン」

※「熱中症予防5つのポイント」は、埼玉医科大学総合医療センター高度救命救急センター、さいたま市立病院救急科の協力をいただいて作成したものです。
※この印刷物は、「健康増進に関する埼玉県と大塚製薬(株)との連携協定」に基づき作成されています。

☀️ こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

軽

めまい、立ちくらみ、こむら返り（筋肉痛）、手足がしびれる、汗がとまらない、気分が悪い、ボーっとする

中

頭痛、吐き気、体がだるい（倦怠感）、虚脱感、意識が何となくおかしい

重

意識がない、けいれん、体が熱い、呼びかけに対し返事がおかしい、まっすぐに歩けない



埼玉県マスコット「さいたまっち」

☀️ 熱中症かもしれないと思った時には



意識がありますか

はい

いいえ

救急車を呼ぶ



※救急隊到着までの間

涼しい場所へ避難する 服をゆるめ、体を冷やす



自力で水が飲めますか

はい

いいえ

医療機関へ



水分を補給する



※たくさん汗をかいたら、塩分も補給しましょう



症状は改善しましたか

いいえ

※症状が改善しても、安静にして、十分に休息を取りましょう

病院へ行く？救急車を呼ぶ？迷ったら...

埼玉県救急電話相談へ！

#7119

24時間
365日
さいたままち
コパト

都県境の地域で、ダイヤル回線・IP電話・
光電話・携帯電話をご利用の場合は、

▶ 048-824-4199

【利用上のお願い】

救急電話相談は、電話でアドバイスをを行い、相談者の判断の参考としていただくもので、医療行為ではありません。あらかじめご理解のうえ、ご利用ください。

埼玉県熱中症

検索