

全国的に記録的な暑さとなった昨年の夏。今年も厳しい暑さが予想されています。そこで気を付けてほしいのが「熱中症」です。重症化すると命の危険性が高まる熱中症ですが、正しい知識を身に付けて、しっかりと対策すれば、防ぐことができます。これまで以上に一人ひとりが熱中症の予防を徹底し、暑い夏を健康に乗り切りましょう！

問 健康づくり課健康増進係
(プラザけやき内 ☎ 37-1175)

猛暑を 乗り切ろう！



熱

今日から始める 中症対策



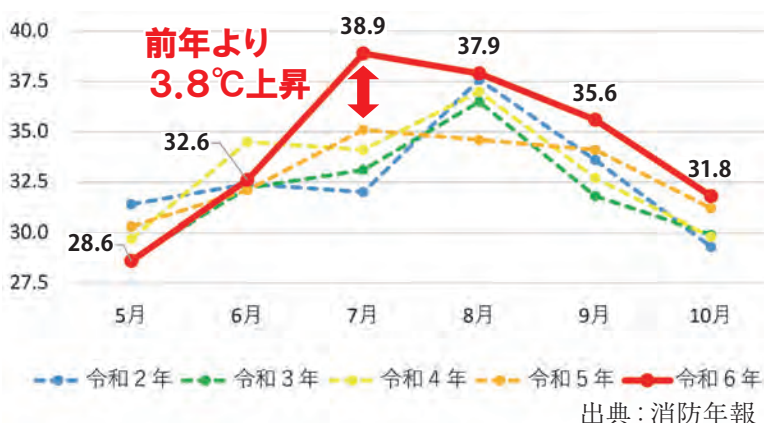
記録的な猛暑に伴い、熱中症患者も増加！

令和6年7月の最高気温は38.9℃と、前年の同月より3.8℃上昇しています。また、5月から30℃を超えることがあり、8月から10月にかけても、この5年間の最高気温を更新しています。
〔参照: グラフ1〕

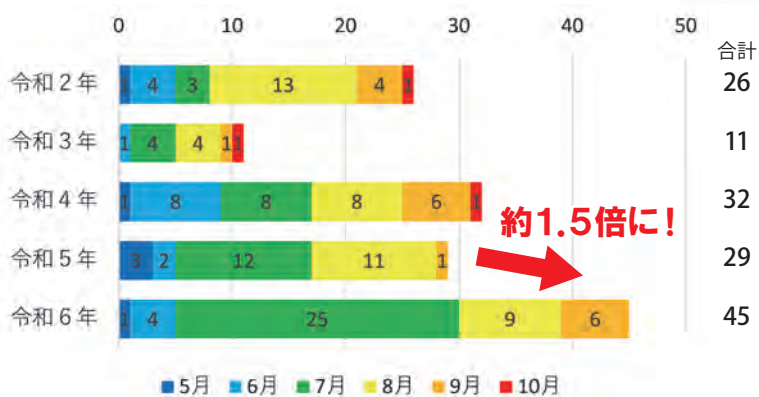
令和6年の市内の熱中症疑いによる救急搬送者数は45人と、前年よりおよそ1.5倍に増加しています。月別の搬送者数を見てみると、気温の上昇に伴い、5月から搬送者が発生しています。また、夏本番となる7月が25人、8月が9人と、全体の8割を占めています。

〔参照: グラフ2〕

〔グラフ1〕市内の最高気温(月別)(℃)



〔グラフ2〕市内の熱中症疑いによる救急搬送者数(人)



提供: 菊川市消防署

本格的な夏を迎える前に今のうちから
熱中症対策を行いましょう！



環境省では、暑さ指数(WBGT)や熱中症警戒アラートなどの情報をメールやLINEなどで配信しています。詳細はホームページ(下記)をご覧ください。



暑さ指数(WBGT)		注意事項
31以上	危険	高齢者は安静状態でも熱中症の危険性が高い。外出を避ける。
28～31	嚴重警戒	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
25～28	警戒	運動や激しい作業をするときは定期的に十分な休息をとる。
25未満	注意	激しい運動や重労働時には熱中症の危険がある。

**暑さ指数(WBGT)を
チェックしてみよう**

暑さ指数(WBGT)とは、熱中症を予防するために、気温だけでなく、湿度や日射・輻射熱、風などを考慮して算出された数値です。数値が高いほど熱中症のリスクが高くなります。特に、暑さ指数が28以上になったら注意が必要です。外出前に行き先の指数をチェックして、熱中症の予防に役立てましょう。