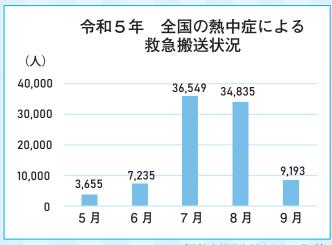
部中殖民空注意《龙安切!

~日常生活の中での、熱中症対策が重要です~

熱中症とは、高温で<mark>湿度が高い環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かなくなることで、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内にいるときでも発症することがあり、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。</mark>

令和5年中の全国の熱中症による救急搬送人員は、7 月は6月にくらべ約5倍に増加しており、特に7月から 8月にかけての救急搬送が非常に増えています。



(消防庁報道資料をもとに作成)

熱中症予防のために

暑さを避ける、身を守る

室内では

- ・扇風機やエアコンで 温度をこまめに調節
- ・室温をこまめに確認
- ・ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用

からだの蓄熱を避ける

- ・通気性のよい、吸湿性・ 速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、 からだを冷やす

屋外では

- 日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- 日中の外出をできるだけ控える



こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、 のどの渇きを感じなく ても、こまめに水分・ 塩分、スポーツドリン クなどを補給する







指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)を活用ください



クーリングシェルターとは?

令和6年4月1日に全面施行された改正気候変動適応法に基づいて、適当な冷房設備を有するなどの要件を満たす施設を、誰もが利用できる暑さをしのげる施設として、市町村が指定した施設のことです。



熱中症特別警戒アラートが発表されるなど、危険な暑さが見込まれるときは、冷房が効いた室内で過ごすことが基本ですが、やむを得ず外出する際に危険な暑さに見舞われた場合や 自宅に冷房設備がない場合は「クーリングシェルター」を活用ください。

◆市内のクーリングシェルター設置施設 ▶

	施設名	設置場所
公共施設	常総市役所本庁舎	本庁舎エントランス 議会棟エレベータ北側
	生涯学習センター	エントランス
	水海道公民館	談話スペース
	石下総合福祉センター	エントランス、自販機前
	地域交流センター(豊田城)	エントランス
民間 施設	ウエルシア薬局 常総北水海道店	調剤待合室、ウエルカフェ
	ウエルシア薬局 常総石下店	調剤待合室
	ウエルシア薬局 常総向石下店	調剤待合室





※休館日、開設時間、受入れ可能人数については市ホームページをご確認ください。▶

民間のクーリングシェルターを募集します

クーリングシェルターを運用し、市と一緒に熱中症対策に取り組んでいただける民間施設を募集します。ご検討 いただける事業者の方は、市ホームページをご確認ください。

◎クーリングシェルターのポイント

市内に所在する施設で、次の条件を満たす施設。

- ■適当な冷房設備を有すること
- ■熱中症警戒アラートおよび熱中症特別警戒アラートが発表された時は、あらか じめ公開する開放可能日時において、当該施設を開放することができること
- ■滞在の用に供すべき部分について、必要かつ適切な空間の確保ができること



市ホームページ

◆問い合わせ=承生活環境課(内線2801)

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



 \triangleleft

お子様の結婚に関するお悩み、 プロの仲人がお答えします。

結婚相談所公忍ベル © 029-869-9128

県西エリア不動産専門店

中古住宅 **売却相談**

無料査定

そのまま 買います!! 片付け不要



のさいの木米 株式会社レステコホーム 常総店

、常総店

TEL.0297-21-9577 ※ どんなに古い空家でもご相談ください。

