広報資料

安全・安心を守る
枚方寝屋川消防組合

令和２年５月１５日
枚方寝屋川消防組合

夏本番を前に…

熱中症 にご注意ください!!

枚方寝屋川消防組合における令和元年５月から９月の熱中症による救急搬送人員は３２４人でした。
今年も５月頃から気温が上がることが予想され、熱中症リスクも高まることから、予防対策を行っていただきますようお願いします。

１　熱中症に関する各種データ

⑴　令和元年中の熱中症による救急搬送状況（別紙１）

⑵　最高気温と熱中症による搬送状況（別紙２）

２　熱中症は予防が大切（別紙３）

⑴　水分補給

⑵　暑さを避ける

⑶　暑さに負けない体力づくり

３　新型コロナウイルス感染拡大防止と熱中症

⑴　屋内での注意事項

外出自粛により、屋内で過ごす機会が多くなっています。

エアコン、扇風機などを積極的に活用して**温度管理**に注意してください。

⑵　屋外での注意事項

屋外で運動する場合、暑さに体が慣れていない可能性があります。また、マスクを着用して運動する場合、熱中症のリスクが高くなります。

無理のない運動と**こまめな水分・塩分の摂取**をお願いします。

４　熱中症の応急処置

別紙４のとおり

【問い合わせ先】
枚方寝屋川消防組合
救急課　TEL 072-852-9918
総務管理課（広報）　TEL 072-852-9903

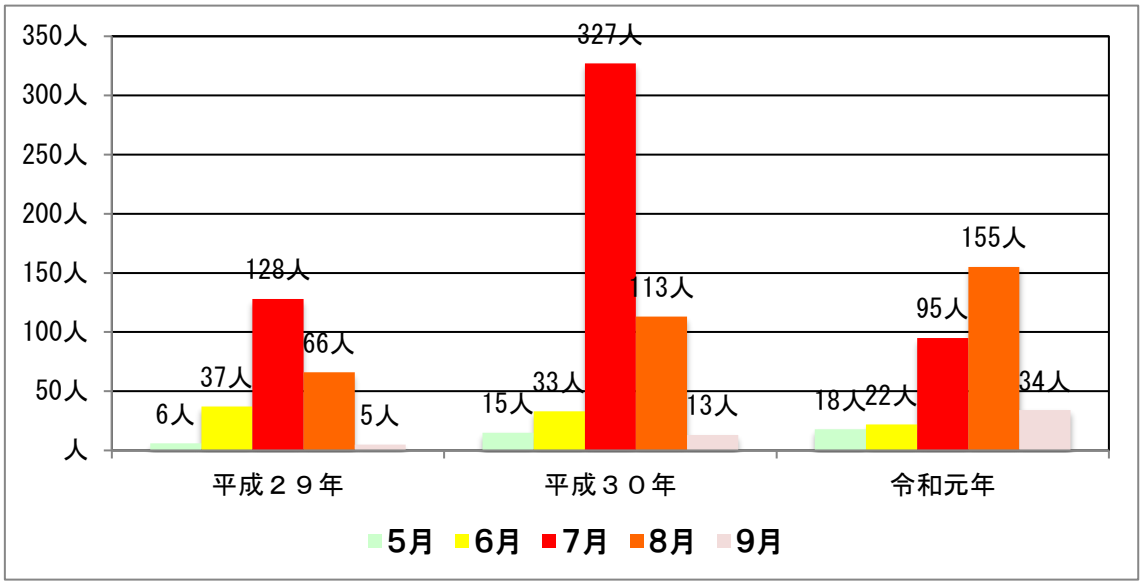
別 紙 1

令和元年中の熱中症による救急搬送状況

枚方寝屋川消防組合の令和元年５月１日から９月３０日までの熱中症（熱中症疑いを含む。）による救急搬送人員は**３２４人（枚方市１９７人、寝屋川市１２４人、その他３人）**で、前年の同期間の搬送人員５０１人と比較して１７７人減少しています。

	平成２９年	平成３０年	令和元年
５月	6 人	15 人	18 人
６月	37 人	33 人	22 人
７月	128 人	327 人	95 人
８月	66 人	113 人	155 人
９月	5 人	13 人	34 人
合計	**242 人**	**501 人**	**324 人**

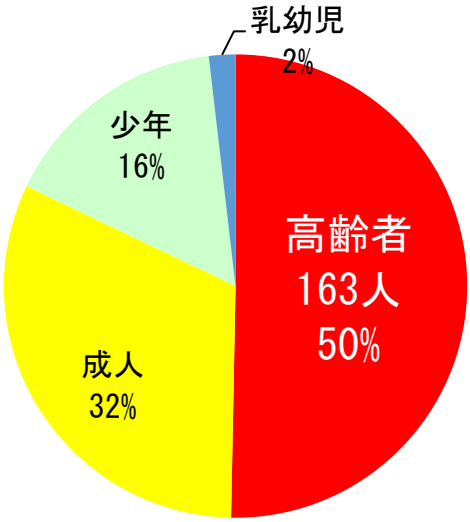
過去３年間の熱中症による救急搬送状況



年代別

年代別では、高齢者（６５歳以上）が１６３人で全体の救急搬送人員の約半数約５０％)を占めています。

年代別救急搬送状況（令和元年５月１日から９月３０日）



ポイント

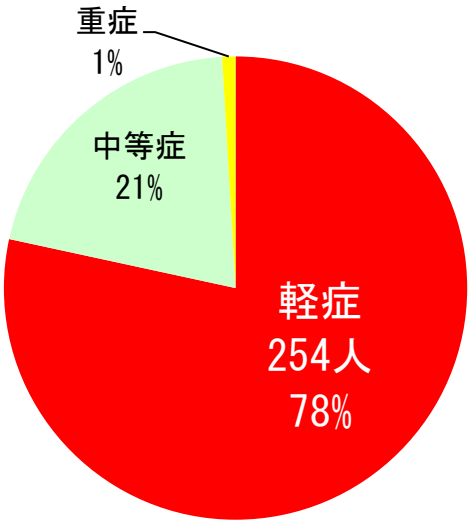
① 高齢者の方は温度に対する感覚が弱くなるため、自分で暑さやのどの渇きに気づきにくいうえ、体調の変化も我慢をしてしまうことがあります。周りの人が体調をこまめに気にかけ、予防対策を促してあげましょう。

② 乳幼児は、体温調節機能が十分に発達していないため大人よりも熱中症にかかりやすいといわれていますので、より一層の熱中症予防・対策をおこなう必要があります。

症度別

症度別では、軽症が２５４人で全体の救急搬送人員の約７８％を占めています。次いで、入院の必要がある中等症が２１％、重症が１％となっています

症度別救急搬送状況（令和元年５月１日から９月３０日）



ポイント

「熱中症かな？」と思うようなサインがあったときは、すぐに応急処置を行い、病院などの医療機関へ連れていきましょう。

救急車を待っているあいだにも、現場で応急処置をすることで症状の悪化を防ぐことができます。

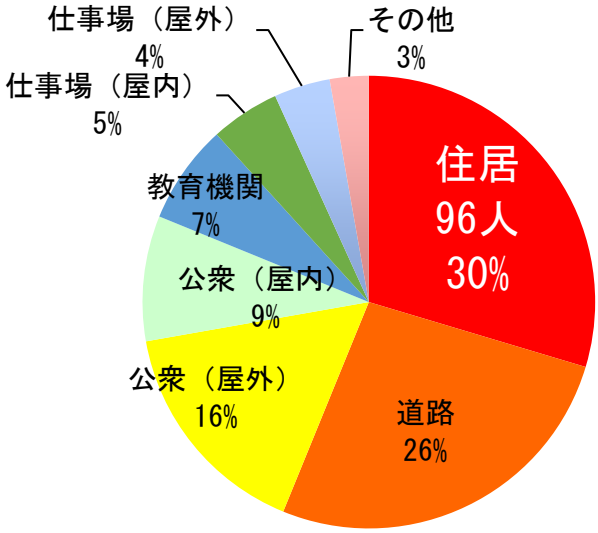
応急処置のポイント

①涼しい場所へ移動しましょう
②衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう
③塩分や水分を補給しましょう

発生場所別

発生場所別では、住居が９６人で救急搬送人員の約３０％を占めています。

発生場所救急搬送状況（令和元年５月１日から９月３０日）



公衆（屋外）…堤防・河川敷・公園・広場・競技場など
公衆（屋内）…診療所、店舗、駅構内など
教育機関…幼稚園・小・中・高校・大学
仕事場（屋内）…工場、屋内の作業所など
仕事場（屋外）…屋外の作業所・工場、畑仕事中など

ポイント

住居、学校など屋内で危険な環境は、「熱気や湿気が溜まりやすく、暑い場所」で、エアコンのない閉め切った部屋や風呂場、洗面所などです。

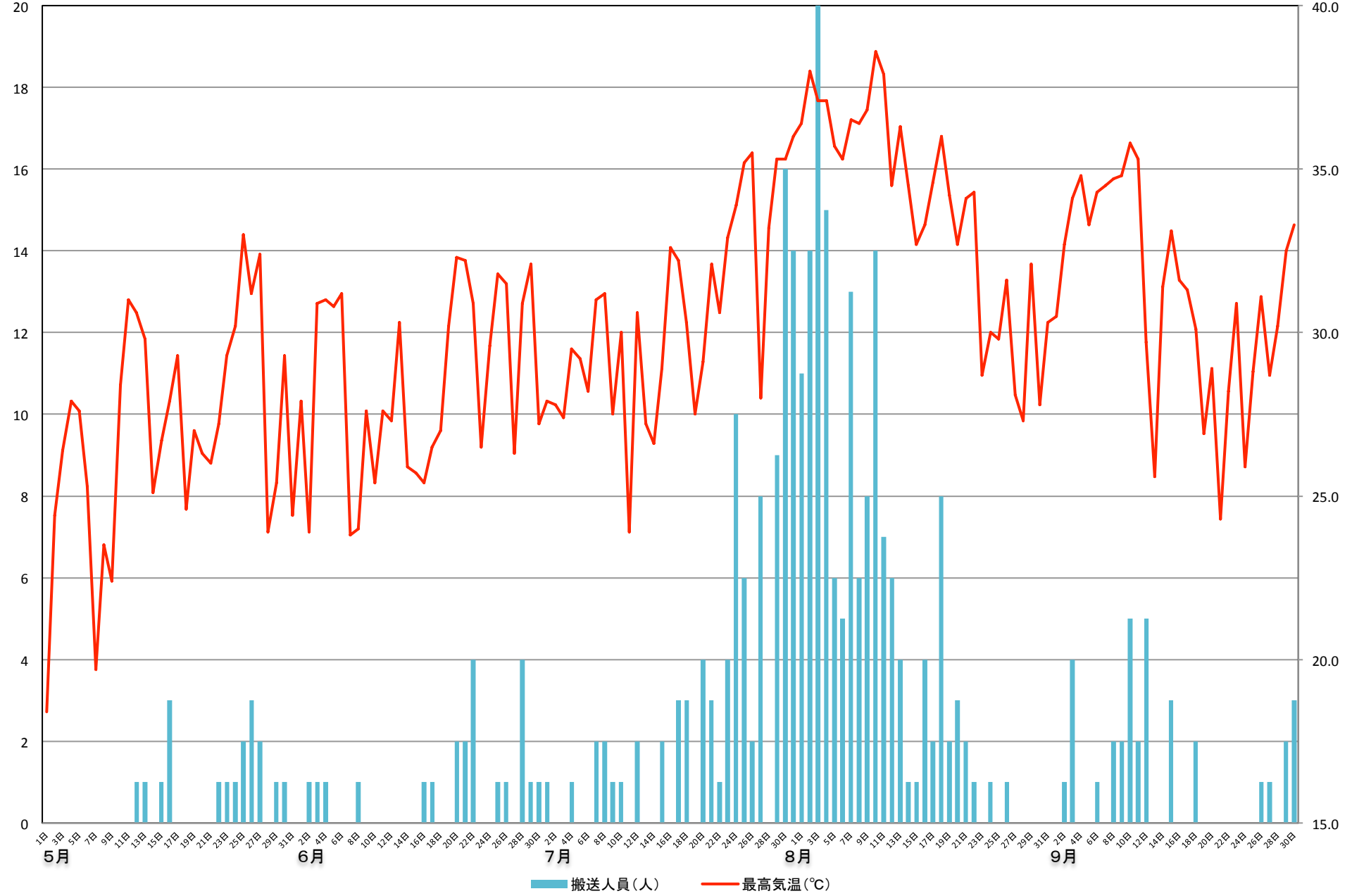
また、熱中症になりやすいタイミングについては、水分が失われやすい入浴後、閉めきった暑い場所での作業が長時間続いた場合などが挙げられます。

予防ポイント

① 温度計で室温を管理し適度にエアコンや扇風機を使用しましょう
② 風通しをよくしましょう
③ 喉が渇いていなくても意識的に水分を補給しましょう

別 紙 ２

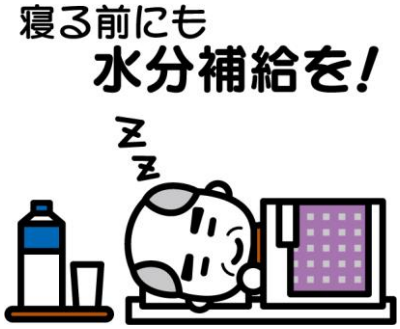
最高気温と熱中症による搬送状況（令和元年５月～９月）



熱中症予防のポイント

別紙3

予防のポイント① 水分補給



予防のポイント② 暑さを避ける

予防のポイント③ 暑さに負けない体力作り

熱中症の応急処置

別紙4

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら…。
落ち着いて、状況を確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温

はい

チェック2 呼びかけに応えますか？

いいえ → 救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が無い場合には無理に水を飲ませてはいけません

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ → 涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

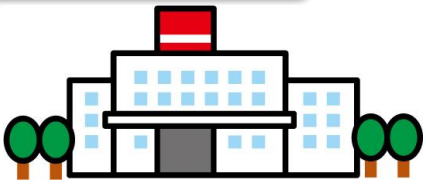
氷のう等があれば、首、腋の下、太腿のつけ根を集中的に冷やしましょう

はい

水分・塩分を補給する

いいえ → 医療機関へ

大量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水が良いでしょう。



チェック4 症状がよくなりましたか？

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう