

特集 熱中症を予防しましょう

夏に向かって熱中症になる人が増えてきます。

暑さに備え、熱中症を予防しましょう。

担当 消防管理課

☎046(256)2214 FAX 046(256)2215

健康づくり課

☎046(252)7995 FAX 046(255)3550



熱中症患者数は6月から増加！

例年、6月から気温・湿度の上昇に伴って全国的に熱中症による救急搬送患者数が増加します。消防庁の調べによると、令和2年（6～9月）に救急搬送された年齢区分別では、高齢者が最も多く、次いで成人、少年、乳幼児の順となっています。

また、発生場所別の救急搬送人員をみると、住居が最も多く、次いで道路、仕事場、公衆（屋外）の順となっています。

昨年、市内では6～9月の間に熱中症（疑いも含む）で76人が救急車で搬送されています。

熱中症を予防するポイント

新型コロナウイルス感染症の影響により、室内で過ごす機会が増えたため次のことに注意して熱中症を予防しましょう。

- 室内でも安心せず、部屋の温度を小まめに確認する
- 適度に休憩し、喉が渴いていなくても小まめに水分を補給する
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりをする

熱中症かなと思ったら

注意していても次のような症状が現れたら直ちに救急車を要請してください。

- 意識障害（受け答えや会話がおかしい）
- けいれん
- 体が熱い



救急車が来るまでの対処法

- 涼しい場所へ移動する（エアコン・扇風機など風を当てる）
- 安静にする
- 保冷剤などで冷やす（首の周り、脇の下など太い血管の部分）



新型コロナウイルス感染症対策

マスクの着用について

マスクの着用は基本的な感染防止対策として重要ですが、夏場は、熱中症防止の観点から、屋外で次のような場面では、マスクを着用する必要はありません。

マスク不要例



- 人との距離（2メートル以上を目安）が確保できる



- 距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない（公園での散歩やランニング、サイクリング、人とすれ違う場面など）

広報ざまをリニューアル！

市民の皆さんにとって、より「身近な存在」となることを目指し、広報ざまをリニューアルしました。

これからも、多くの皆さんに手に取っていただけるよう、幅広い世代に読みやすく、親しみやすい広報紙を目指していきます。

担当 市政戦略課

☎046(252)8321

FAX 046(255)5090

リニューアルのポイント

01 オールカラー化

明るいイメージを向上させるため全ページをカラーに

02 題字リニューアル

題字デザインは「元気で楽しい」イメージとなるようなポップなデザインに

03 横書きに統一

読みやすさを重視し、横書きに統一、左開きに変更

04 カテゴリーを分類

読みたい情報を判断できるよう2～5面のカテゴリーを分類し、色と記号で明確化

05 ユニバーサルデザイン

読みやすく目に優しい広報紙を目指し、ユニバーサルデザインフォント・カラーを採用

