

事務連絡
平成 28 年 4 月 22 日

〔 熊本県
大分県
熊本市 〕 衛生主管部局 御中

厚生労働省健康局健康課
地域保健室

被災地における熱中症予防について（周知依頼）

日頃より厚生労働行政の推進に御協力いただき、厚く御礼申し上げます。
この度、熊本地震により被災された皆さまに対し、心からお見舞い申し上げます。
今般、「被災住民等の熱中症対策について（周知依頼）（平成 28 年 4 月 22 日付事務連絡）」
(別添 1) により、被災地の住民、ボランティア等の方々に熱中症予防についてお知らせしたところです。

被災地では、これから夏にかけて、気温が急上昇する中での家の片付け作業や、避難している車の中の気温の上昇等、特に熱中症に注意をする必要があると見込まれるため、厚生労働省では、「熱中症予防のために」(別添 2) のチラシを作成いたしました。貴自治体におかれましては、こまめな水分・塩分の補給等による熱中症予防対策につきまして、本チラシを活用する等により、広報していただきますようお願いいたします。

(担当者)

厚生労働省健康局健康課地域保健室
有賀 玲子、小貫 正子、鈴木 麻利
TEL : 03-5253-1111 (内 : 2334)
FAX : 03-3503-8563
e-mail : aruga-reiko@mhlw.go.jp
onuki-masako@mhlw.go.jp
suzuki-mari@mhlw.go.jp

(別添1)

事務連絡

平成28年4月22日

熊本県
大分県
熊本市

} 熱中症予防対策担当部局 御中

環境省総合環境政策局環境保健部環境安全課
環境省水・大気環境局大気環境課大気生活環境室
厚生労働省健康局健康課

被災住民等の熱中症対策について（周知依頼）

平成28年熊本地震によって被災された皆さんに対し、心からお見舞い申し上げます。

これから夏にかけて気温が上昇していくことが見込まれる中、気象条件や作業内容、生活環境等によっては被災住民、ボランティア等の方々が熱中症にかかるリスクが高くなると見込まれます。このことから、下記の内容について適宜周知いただきたくお願ひいたします。

記

●熱中症対策について

【注意事項】

- (1) こまめに水分を取りましょう。
- (2) 気温が急に上昇した日、家財道具等の片付け作業を行う時、車の中等は特に注意しましょう。

【作業時の注意事項】

- (1) 体調が悪い日は作業を行わないようにしましょう。
- (2) 日陰を確保して一定時間ごとに必ず休憩を取りましょう。
- (3) できるだけ2人以上でお互いの体調を確認しながら作業を行いましょう。

また、4月25日(月)より下記のウェブサイトで熱中症のかかりやすさを示す「暑さ指数(WBGT)」を公表します。これらの情報を隨時確認し、熱中症にかかるないようにしましょう。

「環境省 热中症予防情報サイト」(<http://www.wbgt.env.go.jp/>) 検索 | 環境省 热中症

以上

《本件照会先》

	熱中症対策全般		暑さ指数(WBGT)の公表
担当課室	環境省 総合環境政策局 環境保健部環境安全課	厚生労働省 健康局 健康課地域保健室	環境省 水・大気環境局 大気環境課大気生活環境室
担当者名	加藤、松本、大木	有賀、小貫	長谷川、梅澤
TEL	03-5521-8261	03-3595-2190	03-5521-8300
FAX	03-5580-3596	03-3503-8563	03-3593-1049
e-mail	netsu@env.go.jp	communityhealth@mhlw.go.jp	heat@env.go.jp

皆さまへ、ご注意とお願い

熱中症予防のために

こまめに水分を補給してください

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、
こまめに水分・塩分、経口補水液※などを補給しましょう。

※ 経口補水液とは、食塩とブドウ糖を溶かしたものをおいいます。



暑さを避けてください

室内では・・・

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

からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 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

外出時には・・・

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える

気温が急に上昇した日、家の片付けなどの作業を行うとき、
車の中などでは特に注意し、以下の症状に気をつけてください。

熱中症の症状▶ めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐(おうと)、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
«重症になると» 反事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

熱中症が疑われる人を見かけたら

涼しい場所へ エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ

からだを冷やす 衣服をゆるめ、からだを冷やす(首回り、脇の下、足の付け根など)

水分補給 水分・塩分、経口補水液などを補給する

自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を！

「熱中症」は、高温多湿な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、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を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、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。

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」
をご覧ください。

厚生労働省 热中症

検索