

## 7月 は 熱中症予防月間

### 熱中症予防のためのポイント

#### 熱中症特別警戒アラート

#### 熱中症警戒アラートを 確認しましょう



令和6年4月、従来の「熱中症警戒アラート」に加え、一段上の「熱中症特別警戒アラート」が新設されました。

「熱中症特別警戒アラート」は過去に例がない危険な暑さにより、重大な健康被害が生じるおそれがある場合に発表されます。

災害級の暑さに備え、日ごろから天気予報等を確認し、熱中症を予防しましょう。

各アラートの発表状況は、熱中症予防情報サイト(右の二次元コード)で確認できます



#### 各アラート発表時には

- ▶ 不要不急の外出はできるだけ控えましょう。外出時は日傘や帽子を使い、日ざしを避けましょう
- ▶ 原則、外での運動は中止・延期しましょう
- ▶ エアコン等を使用し、温度調節(室温28℃以下)をしましょう
- ▶ こまめに水分・塩分補給をしましょう
- ▶ 高齢者等、熱中症リスクが高い方への声かけをしましょう
- ▶ 特別警戒アラート発表時は区主催の屋外イベントは中止します(警戒アラート発表時は原則中止)

#### 公共施設(文化・スポーツ施設を含む)における対応

	熱中症特別警戒アラート	熱中症警戒アラート
屋外施設	使用中止(使用料を還付)	利用者への熱中症対策に関する注意喚起(キャンセルを希望する団体等には施設使用料を還付)
屋内施設	貸室等は熱中症対策を徹底し、通常通り実施(キャンセルを希望する場合は使用料を還付)	貸室等は熱中症対策を徹底し、通常通り実施
公園等	使用中止 ※あらかわ遊園は閉園	—

※詳細は、各施設にお問い合わせください

#### 熱中症が疑われたら

めまい、立ちくらみ等があれば涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、水分・塩分を補給し安静にしましょう。また、首の両側・わきの下・足の付け根を冷やしましょう。呼びかけに答えない、意識がない場合は救急車を呼びましょう。

#### あらかわ街なか避暑地(クーリングシェルター)をご利用ください

区では、誰でも自由に利用できる涼みどころとして「あらかわ街なか避暑地」を開設しています。

期間	10月23日(木)まで
実施施設	各ふれあい館・図書館、荒川さつき会館、アクト21、あらかわエコセンター等

問合せ  
環境課環境計画係  
☎内線486

#### エアコンをしっかりと使いましょう

- 無理な節電をせず、夜もしっかり使用しましょう
- 設定が「冷房」になっていることを確認しましょう
- エアコンの機能が低下しないように、2週間に1度はフィルターを掃除しましょう