

命を脅かす熱中症

毎年、熱中症で救急搬送される方が本組合でも増加傾向にあります。

2023年は統計開始から過去最多の307人の方が熱中症で搬送されました。令和7年4月に公表した熱中症のデータから、熱中症で搬送された年齢別人員を調査した結果、10代や高齢者の年齢層で、搬送された方が多い傾向にあります。高温、高湿度下での激しい運動や年齢等による体温調節機能の低下などが大きな要因と考えられます。

この症状、熱中症かもしれません

高齢者や子どもは、気象条件に加えて熱中症の発症リスクが高いとされています。熱中症を発症したとき、どんな症状が出るか見てみましょう。



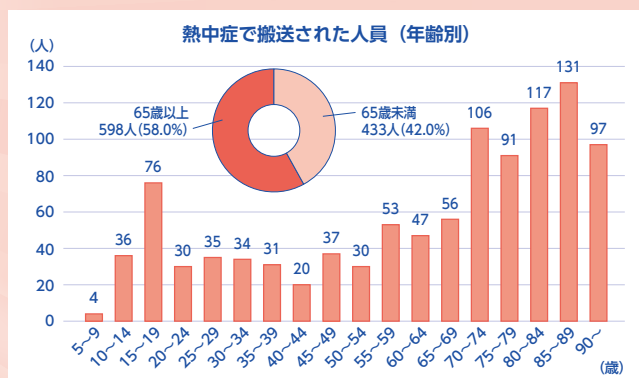
どうやって予防する？

- ・暑熱順化（暑さに体を慣らす）
- ・エアコンを積極的に使う
- ・喉が乾く前に水分補給
- ・通気性の良い服装や日傘の活用
- ・気温の高い日は外出を避ける

郡山地方広域消防組合
ウェブサイトヘリング

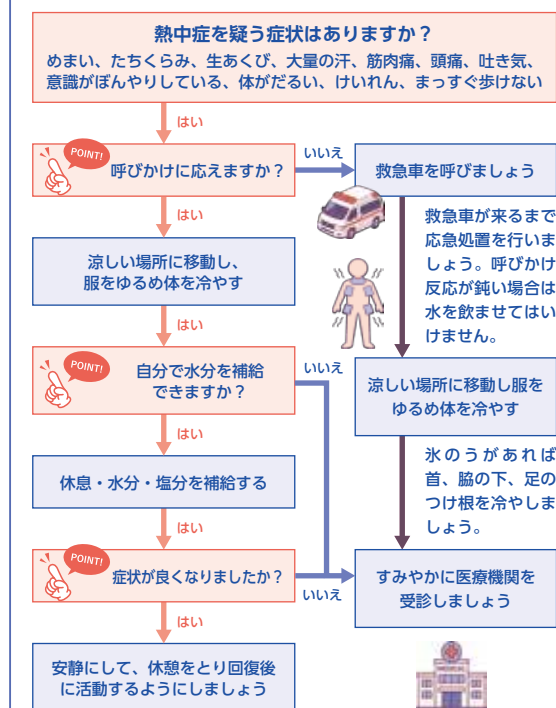


環境省HP
【熱中症予防情報サイト】



調査期間 2020～2024年

熱中症の応急処置



やさしい日本語で ふれあい119

ねっちゅうしょう
熱中症にならないように気をつけましょう



ねっちゅうしょう
熱中症とはどんな病気ですか？

ねっちゅうしょう
熱中症とは、とても暑い日に、頭が痛くなったり、吐き気がしたり、けいれんなど、体の調子が悪くなる病気のことをいいます。

- ① 夏になる 前に 大切な こと
毎日 運動することで 汗を たくさん 出しましょう。
とても 暑い 日は できるだけ 出かけないでください。
外で 働く 人は たくさん 水を 飲んだり 涼しい ところで 休んでください。
- ② 毎日 気をつける こと
1日に 何回も 水を 飲んで ください。
たくさん 汗が 出たときは 塩が 入っている ものを 食べたり 飲んだり してください。毎日 ご飯を 食べる こと よく 寝る こと 大切です。
- ③ これを 使うと 安心です
出かけるときは 帽子や 日傘を 使しましょう。
家に いる ときは エアコンや 扇風機を 使しましょう。
※とても 暑い 日は 家の中でも 熱中症に なります。

