

広報



たいとう

令和6(2024)年

6月5日

No.1350

毎月5日・20日発行

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

SDGs(持続可能な開発目標)とは、[誰一人取り残さない]持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現を目指す国際目標です。台東区はSDGsを支援しています。

暑い夏は
もうすぐ

熱中症は予防が大切です

東京消防庁管内(稲城市と島しょ地区を除く)では過去5年間(令和元~5年、各6~9月)に、**27,936人**が熱中症(熱中症疑い等を含む)により救急搬送されました。令和5年の熱中症による救急搬送人員は過去5年間で最も多い7,079人で、令和4年より1,066人増加しました。(参照 東京消防庁 HP)

予防のポイント

①暑さを避ける

- ・涼しい服装と、日傘・帽子を活用しましょう
- ・日陰や涼しい場所でこまめに休憩しましょう



②こまめに水分を補給

- ・1日あたり**1.2ℓ**を目安に、のどが渇く前にとりましょう
- ・汗をかいた時は**塩分**も補給しましょう



③日頃からの健康管理

- ・適度な運動で、体を暑さに慣らしましょう
- ・バランスの良い食事を心掛けましょう
- ・夜間も涼しい環境を整え、十分な睡眠をとりましょう



詳しくはこちら

乳幼児の保護者の皆さん

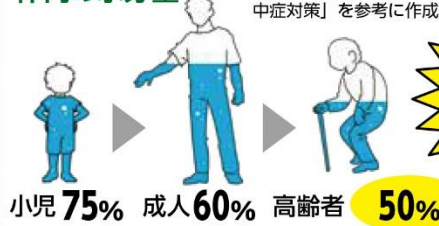
ベビーカーは地面からの照り返し熱の影響を大きく受けるため、**長時間の利用は避けましょう。**



高齢者の皆さん

高齢者は若年者より**体内の水分量が少ない**うえ、暑さや**のどの渇き**を感じにくくなっています。こまめに水分を補給しましょう。

体内の水分量



環境省「高齢者のための熱中症対策」を参考に作成

注意



涼み処

憩いの場「涼み処」

一時的に暑さをしのぐための場所として、開設しています。
また、**熱中症特別警戒アラート**(※)が発表された場合は、**「クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)」**として開放します。

(※)気候変動適応法の改正により4月に法定化されました。気温が著しく高くなることで、健康に重大な被害が生じるおそれがあるときに環境省から発表されます。



入谷区民館



環境ふれあい館



詳しくはこちら

問合せ

熱中症に関すること 台東保健所保健サービス課 TEL 03-3847-9406 高齢福祉課 TEL 03-5246-1221
涼み処に関すること 環境課 TEL 03-5246-1281

発行/台東区 編集/総務部広報課 〒110-8615 東上野4丁目5番6号
TEL 03-5246-1111 (代表) FAX 03-5246-1029 (広報課)

区公式HP



区公式SNSの一覧は

