

## 熱中症からご自身を守るためのお願い

例年、体が暑さに慣れていない5月頃から、熱中症が疑われる症状で救急搬送される方が見受けられるようになり、特に、梅雨明け後からは多くなる傾向にあります。そのため、本格的な暑さを迎える前から熱中症に対する予防対策を行いましょう。

### 1 本市における熱中症による搬送人員の推移

#### (1) 過去5年間の熱中症による搬送人員の推移

(人)

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度
5月	11	14	8	13	8
6月	10	16	26	19	22
7月	69	113	261	100	27
8月	124	66	107	217	207
9月	23	8	6	42	65
合計	237	217	408	391	329

※網掛け部分：搬送人員が最多の月

【参考】梅雨明け期日 令和2年：8月1日頃 令和元年：7月24日頃 平成30年：7月9日頃  
出典：気象庁ホームページ

#### (2) 過去5年間の熱中症による年齢区分別 搬送人員

(人)

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度
乳幼児(28日～6歳)	3	1	2	3	2
少年(7～17歳)	34	17	37	36	29
成人(18～64歳)	103	105	184	145	126
高齢者(65歳～)	97	94	185	207	172
総計	237	217	408	391	329

※統計期間は5月～9月

### 2 熱中症を予防する基本的対策

- 涼しい服装、日傘帽子
- こまめな水分補給
- 部屋の温度管理
- 日頃からの健康づくり
- 屋外で人と十分な距離（2m）を保てる場合は、マスクを外す

### 3 「熱中症警戒アラート」の活用

「熱中症警戒アラート」は、環境省と気象庁が、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動を促すための情報です。

#### 熱中症警戒アラート発表時の予防行動の具体例

- ・ 不要不急の外出は避け、昼夜を問わずエアコン等を使用する。
- ・ 高齢者、子ども、障がい者等に対して周囲の方々から声かけをする。
- ・ 屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則中止または延期する。
- ・ のどが渇く前にこまめな水分補給するなど、普段以上の熱中症予防を実践する。

#### ■ 同アラート発表時の市からの情報配信について

- ・ 新潟市LINE公式アカウント
- ・ にいがた防災メール
- ・ 新潟市危機管理防災局Twitter

#### お問い合わせ先

新潟市保健所保健管理課 担当：岩見  
電話025-212-8183（直通）

新潟市危機管理防災局危機対策課 担当：長井  
電話025-226-1146（直通）

新潟市消防局救急課 担当：村上  
電話025-288-3260（直通）