

夏本番前に **熱中症に備えよう!**

要注意!
身近な方へ
お声がけを!

高齢者

乳幼児

基礎疾患
のある方

障害
のある方

急に暑くなった日や蒸し暑い日、風が弱く気温・湿度が高い日は、体温調節がうまくできなくなり熱中症にかかりやすくなります。適切な予防法を知り、熱中症を防ぎましょう。



▲区HP

問合せ

保健相談所【豊玉☎3992-1188、北☎3931-1347、光が丘☎5997-7722、石神井☎3996-0634、大泉☎3921-0217、関☎3929-5381】

4つのポイント

エアコンを活用する



室内でも小まめに水分や塩分をとる



日傘や帽子を活用する



炎天下や風通しが悪い場所での運動や作業を控える



命を守るために、エアコンの活用を!

屋内で、熱中症が原因で亡くなった方のほとんどはエアコンを使用していませんでした。暑い日は夜間も使用し、命を守りましょう。



一部の区立施設で
ポイントを押さえた
チラシを配布中!



助成額を
拡充

エアコン購入費を助成

1世帯当たり11万6000円まで

対象

次のいずれかに当てはまり、自宅にエアコンがない、または故障などで1台も動かない世帯 ※過去に助成を受けた世帯は申し込みません。

●住民税非課税世帯

※収入が急変し、非課税世帯と同じ水準になった世帯も、対象となる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

●児童扶養手当を受給している

●生活保護を受給している

助成額

11万6000円まで
(本体7万8000円、設置工事費3万8000円まで)

申込

区HPまたは電話でエアコン購入費助成担当☎5984-1067
(生活保護受給中の方は、総合福祉事務所の地区担当員へ)



熱中症対策を紹介します

問合せ 健康推進課計画調整係☎5984-1608

熱中症警戒アラートを 確認しましょう

環境省は、熱中症の危険性が高くなると予想される日の前日夕方または当日早朝に「熱中症警戒アラート」を、過去に例のない危険な暑さになると予想される日の前日に「熱中症特別警戒アラート」を発表します。区は、ねりま情報メールなどで注意を呼びかけます。

登録して
熱中症の情報を
受け取ろう

ねりま情報
メール▶



区公式
LINE▶



外出時は 涼しい場所で休憩を

外で暑さを感じた際、冷房の効いた室内で一時的に休憩できる「クーリングスポット(涼みどころ)」を一部の区立施設や薬局、コンビニエンスストア(ファミリーマート、ローソン)に設けています。詳しくは、区HPをご覧ください。



これが
目印!

