

# 熱中症にご注意ください！

- 命に関わる暑さ -

熱中症による救急搬送者数が**増加**しています。

関東甲信地方の梅雨明けは、昨年より30日遅い令和元年7月29日ごろとなるなど、記録的な日照不足となりました。

しかし、8月になり一気に気温が上昇し、全国的に猛暑日、真夏日が続き、相模原市においても熱中症による救急搬送者数が**増加**しています。

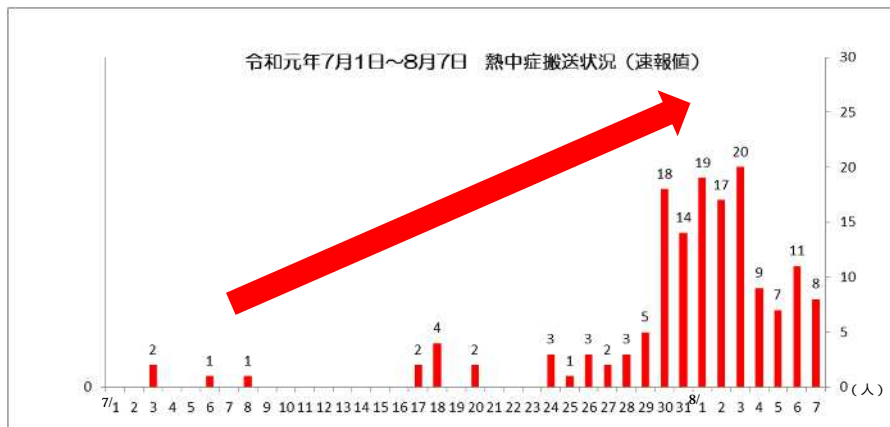
気象庁による1か月予報（8月10日～9月9日）では、平均気温は高い見込みとなっており、引き続き**猛暑日**、**真夏日**が続く見込みですので、**熱中症にご注意ください！**



## 【相模原市における搬送状況】

令和元年8月1日から8月7日までの7日間に熱中症（疑いを含む。）により救急搬送された方は**91人**となり、1か月間に救急搬送された方が**221人と過去最多**を記録した平成30年7月の記録を**上回る勢い**です。

5月から7月までの**重症者**は2名であったのに対し、気温の上昇に伴い8月は**7名発生**しており、7名の内**6名が65歳以上の高齢者**という状況です。



## 【注意事項】

熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です。予防対策として、日陰や涼しいところで休憩をとること、こまめに水分補給を行うこと、屋外では帽子をかぶることなどに心がけてください。

## 【熱中症の応急手当】

涼しい場所や日陰のある場所へ移動させ、衣服を緩め、体を冷やしてください。（首筋・わきの下・太もものつけねを冷やすと効果的です。）自分で飲めるようであれば、スポーツドリンク、塩分と糖分を含んだ飲料水を飲ませてください。

**ただし、自分で飲めない、意識がない、全身のけいれんなどがある場合は、すぐに救急車を呼んでください！！**