

あつい夏には知恵が効く✈️.....



② 高齢者の熱中症対策 編

自分も周りも指さし👉 確認 危険・急増！高齢者の熱中症

1

発見！

大田区の熱中症救急搬送 年齢別人数



このグラフは、大田区で6年間に熱中症で救急搬送された件数を、年齢別に示したものです。70歳以上の救急搬送数がとくに多いことがわかります。

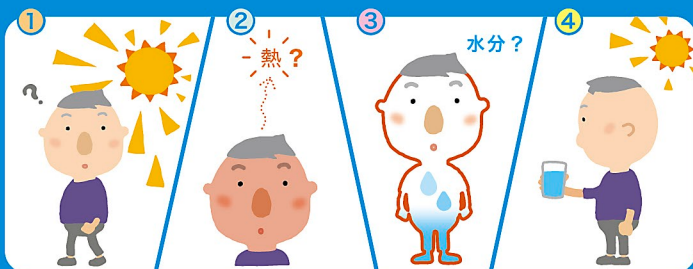
2

そうなんだ！

高齢者が熱中症になりやすいのは、理由がありました。

- ① 老化のため皮膚の温度センサーが鈍くなり、暑さを感じにくい。
- ② 暑いと感じにくいため、血液の量や汗の量を増やす指令が遅くなり熱を発散しにくい。
- ③ 体の水分量が少ないため脱水になりやすい。
- ④ 脳の察知力低下により、のどの渴きを感じにくい。

(出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル 2022)



3

やってみよう！

自分も周りの人も 指さし確認！

高齢者の熱中症は「感じにくいこと」が大きな要因です。水分摂取していますか？ のどが渴いたと気づいた時には脱水が進んでいることも。室温は何度ですか？ エアコンの設定温度は部屋の温度ではありません。普段から体を動かして汗をかいていますか？ 自分で気づく前に動くこと、そして周りの人が気づくことが高齢者の熱中症を防止するポイントです。

高齢者ご自身の指さし確認

水分摂取の確認

のどが渴かなくても水分補給していますか？



室温の確認

温度計は置いてありますか？



運動の確認

一日一回、運動していますか？



周りの人の指さし確認

体調を確認

食欲や水分摂取の様子、発熱、脇の下・口の乾燥



具合を確認

体重・血圧の変化、心拍数、体温



※疾患のある人は特に注意！

環境を確認

1人の時の過ごし方、部屋の温度・湿度、風通し、換気、日当たり



(出典：厚生労働省 働く人の今すぐ使える熱中症ガイド)

監修 東邦大学

大田区・東邦大学・大塚製薬は、大田区のみなさんを熱中症から守ることを目的に、令和6年に熱中症対策の連携協定を締結しました。この主旨に賛同する企業等が集まり「大田区熱中症対策コンソーシアム」を立ち上げ活動をしています。なお、大田区熱中症対策事業は、独立行政法人環境再生保全機構「令和7年度地方公共団体における効果的な熱中症対策の推進に係るモデル事業」の12団体のひとつに選定されました。

大田区熱中症対策コンソーシアム

大田区／東邦大学／大塚製薬株式会社／花王グループカスタマーマーケティング株式会社／株式会社 NTT データ パナソニック株式会社エレクトリックワークス社／株式会社きらぼし銀行／明治安田生命保険相互会社／さわやか信用金庫／あいおいニッセイ同和損害保険株式会社 株式会社セブン-イレブン・ジャパン／マチノマ大森／城南信用金庫／京急開発株式会社／イトーヨーカドー大森店／日本生命保険相互会社 株式会社長谷工コーポレーション／リコージャパン株式会社／第一生命保険株式会社／東急株式会社／京浜急行電鉄株式会社／テレキュー株式会社／株式会社リコー 株式会社リビングライフ／株式会社リビングセンター／株式会社東横建設／リビング建設株式会社 (順不同 2025年4月現在)

*独立行政法人環境再生保全機構「令和7年度地方公共団体における効果的な熱中症対策の推進に係るモデル事業」により作成しました。

大田区熱中症対策
コンソーシアムの
情報はこちらから

