

お知らせ

● 熱中症は本当に怖い!

「熱中症」とは、高温多湿な環境に長時間いることで、身体の体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をいいます。熱中症対策では、次の注意が必要です。

- ①屋外では日傘や帽子を使用し、日陰に入っ
てこまめに休憩を取り、水分を補給するに
しましょう。
- ②暑さで体温が上がる・めまいがする・生あくび
がでるなどの兆候がでた場合は、早めに休
み、冷えたペットボトルを動脈のある脇
にはさんで血液を冷やすなどしましょう。
- ③部屋の中にも室温が高くなってクーラー

などをつけずにいると、熱中症になることが
あるので注意しましょう。

④“熱中症警戒アラート”が出ている日は、室内
外どこにいても注意が必要です。

地球温暖化が進み、これからも熱中症が多く出
ることが危惧されます。現在夏期に 2000 人が
熱中症で亡くな

っており、うち
65 歳以上の
人が 9 割をしめ
ます。実際熱中
症にかかる方
は、高台でも複
数人出ていま
す。ご注意ください。

熱中症 こんな症状があれば要注意

重症度 Ⅰ度	●手足がしびれる ●めまい、立ちくらみがある ●筋肉のこむら返りがある(痛い)	●気分が悪い、ボーとする ●意識がはっきりしている
重症度 Ⅱ度	●頭がガンガンする(頭痛) ●吐き気がする・吐く	●体がだるい(倦怠感) ●意識が何となくおかしい
重症度 Ⅲ度	●意識がない ●体がひきつる(けいれん) ●呼びかけに対し返事がおかしい	●まっすぐ歩けない・走れない ●体が熱い

● 要望に 市からの回答

7月7日に高台在住の看護師
さんと防災会幹事との懇談会
を行い、出された質問・要望
について、市の危機管理担当
から回答がありましたのでお
知らせします。



1. 避難場所での看護は、高台の避難者のみを対
象とするが、他の地区の避難者には。
(市) 発災直後は救護所で傷病者対応し、順次保
健医療福祉調整本部で調整することとなります。
2. 保健室の使用は、医薬品などの使用は。
(市) 災害の状況によっては、保健室の使用は可
能です。医薬品は発災直後で使用せざるを得な
い状況の場合、一般人に使用が許されるものは
使用可能です。
3. 西乙訓高校の避難場所・避難所は、四中と同
等の位置づけでよいか。
(市) 西乙を避難場所・避難所としていた場合は、
四中の避難所と同様の対応になります。
4. 避難場所に冷房設備を付けて欲しい。
(市) 第四中学校の体育館・武道場は今年度中に
設置予定です。
5. 避難場所・避難所にアウトドア用テントを使
用できるか。 ↗

(市) 他人に迷惑にならないよう配慮してい
ただける場合で、使用可能です。

6. 避難場所に災害避難用支援物資を市で調達
できるか。

(市) 市の担当者が対応します。

7. 災害時には駐車場を確保し、地震時にはグラ
ンドを利用したい。

(市) 駐車場は限度があるため、できるだけ徒歩
で避難してください。災害の状況により使用の
可否を判断します。

8. 第四中学校は武道場だけでは対応できなく、
特別室や教室は使用可能か、再確認したい。

(市) 使用可能です。

<高台自主防災会からのお知らせ>

★避難場所・避難所に避難される方で、日頃使
用の医薬品は薬手帳と一緒に持参ください。
その他必要な避難グッズも揃えましょう。

★高台自主防災会の会計は自治会の補助金と
市の補助金で活動していて、自治会の補助金
がなければ市の補助金も0円となります。市
の補助金は、資材・避難食等の限度額3万円。
文書・資料作成・配布等の限度額2万円です。
市の補助金は、自治会防災支出と同額以下又
は上記限度額以下と規定されています。

★班長の訂正 → 8グループ・A 班長は前田尚
さんから中川隆さんに変更。

★ペット避難学習会は7月20日(土) 10時。