会長		担当理事		会計	

草　健　第　８　４　号
令和５年５月２３日

一般社団法人　草加八潮医師会
会長　内　藤　毅　嗣　様

健康づくり課長　池　田　義　明

令和５年度「熱中症」に関するポスターの掲示について（依頼）

日頃より、本市の健康推進事業に、ご理解とご協力を賜り厚く感謝を申し上げます。

近年、全国的に熱中症による健康被害が数多く報告されており、気温の高い日が続くこれからの時期に備え、市民一人ひとりに対して熱中症予防の普及啓発・注意喚起を行う等、対策に万全を期すことが重要です。

つきましては、熱中症予防を広く市民に呼び掛けることを目的として、貴会会員医療機関にて熱中症予防のポスターの掲示へのご協力をお願い申し上げます。

多用の折、誠に恐縮に存じますが、貴会会員への周知につきまして、特段のご配慮をお願い申し上げます。

１．送付物
　熱中症予防のポスター

２．依頼内容
　熱中症予防ポスターの掲示

３．ポスター掲示およびクールオアシスそうか設置期間
　令和５年６月１日（木）から令和５年９月３０日（土）まで

担当：健康づくり課　今井
電話：９２２－１１５６

草加八潮医師会
収受
5.5.25
第219号

熱中症予防のポイント

高年者は上手にエアコンを



高年者や持病のある方は、暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。節電中でも上手にエアコンを使うとともに、こまめな換気を忘れずに行いましょう。

暑くなる日は要注意



熱中症は、暑い環境に長時間さらされることにより発症します。
特に、梅雨明けで急に暑くなる日、夏の猛暑日、湿度が高い日は注意が必要です。

水分はこまめに補給



室内でも、外出時でも、のどが渇く前に水分補給をしましょう。
汗には塩分が含まれています。汗をかいたら、水分とともに塩分もとりましょう。
寝る前にも忘れずにコップ１杯程度の水分補給を。
アルコール飲料は、かえって体内の水分を出してしまうため逆に危険ですので注意しましょう。

クールオアシスそうか

「クールオアシスそうか」を利用し、こまめに休憩しましょう。

市の公共施設のほか協力薬局が一時休息所として使用できます。
「クールオアシスそうか」のポスターが目印です。



クールオアシスそうか
実施機関一覧はこちら



熱中症警戒アラートが発令されている日は外出をなるべく控え、暑さを避けましょう！

問い合わせ先　草加市健康づくり課　９２２－１１５６

このポスターは埼玉県作成のポスター、環境省・厚生労働省作成のポスターを参考に作成しています。