周知依頼

平成〇〇年〇月○〇日

市町村災害対策本部　御中

**熱中症予防に関するお願い**

　この度の熊本地震により避難生活が長期化してきておりますが、これから夏にかけて、気温が上昇していくと熱中症の発生が増えていきます。暑さが本格化する前から熱中症予防に御留意ください。

**特に、今回の熊本地震の影響で車やテントに避難されている方や被災地でボランティアや被災者支援に従事される方などは、十分にご注意ください。**

熱中症を予防するためには、まず、こまめに水分を摂ることが大切です。喉が渇いていなくても１時間毎に水分補給をするなどして、一日１．５リットルを目標に、水分をとるように心がけてください。

　屋外作業時には、暑さを避けるために帽子を着用し、日陰を確保して、一定時間毎に休憩を取ることも有効です。

　また、熱中症は室内でも多く発生します。エアコンや扇風機、うちわを使用するなどして、体内に熱がこもらないようにしてください。

**＜被災者支援従事される方へのお願い＞**

**・「経口補水液」の確保**

活動拠点における十分な飲料（水やお茶など）の確保と併せて、脱水症状等がある場合に摂取できる「経口補水液」の確保をお願いします（通常の物資と同様に注文できます）。なお、菊池保健所、阿蘇保健所、御船保健所、宇城保健所、八代保健所には、別途、経口補水液を配備しておりますので、急を要する場合は、ご相談ください。

**・「経口補水液」の保管場所の確認**

確保した「経口補水液」は、脱水症状等がある方にすぐに使用できるよう、保健師等を中心に、避難所の関係者全員で保管場所等をご確認ください。

**・「経口補水液」の使用上の留意点**

別添「経口補水液（ＯＳ－１）の摂取に関して」の内容を、従事者間で共有すると共に、「熱中症チェック表」は、保健師等が行う健康管理にご活用ください。

（問い合わせ先）

熊本県健康福祉部健康局健康づくり推進課　〇〇、〇〇

〒862-8570　熊本市中央区水前寺6-18-1

TEL：096-333-2208　内線7074　　FAX：096-383-0498