



●風通しのよい
木陰などに移す

●衣服を緩める

●足を高くして
寝かせる

●経口補水液
を飲ませる

●首筋、わきの下、太もものつけ根など、
太い血管の近くを冷やす

熱中症の予防等に関することは、下記まで問い合
わせてください。

問合せ すこやか支援課
TEL 69-2168 FAX 63-4085

熱中症の分類

I 度

- めまい
- 立ちくらみ
- 大量の発汗
- こむら返りなど
筋肉の硬直

II 度

- 頭痛
- 嘔吐
- 倦怠感
- 集中力や判断力
の低下

III 度

- 意識障害、
●けいれん発作

熱中症になったかと思ったら
～応急処置～
熱中症になったと
思った時は、症状に
より適切な対応をし
ましょつ。

病院へ



今年の夏は暑い スーパー猛暑 を吹き飛ばせ

= 熱中症対策編 =



対策

- のどが渇かなくても水分補給
- 温度計や湿度計をこまめに確認
- お風呂はぬるめ短時間で

高齢者

暑さを感じにくく、
体温調節や発汗機能が低下



対策

- 顔が赤くないか、ひどく汗をかいていないか、
唇がかわいていないかなど、よく観察する。
- 適度に外遊びさせて暑さに慣れさせる
- ベビーカーにはひさしをつける
- 短時間でも車の中に残して離れない

子ども

体温調節の機能が未発達。
地面の反射熱の影響を受けやすい



こんな人
は注意!

知っていますか? 熱中症対策

夏といえば、「猛暑日」「熱中症」が話題となります。特に今年は全国的に8月が平年より気温が高くなり「猛暑日」を越える「スーパー猛暑日」が多い夏になると言われています。
スーパー猛暑日とは、気温が37℃を超える状態をいいます。そのため、人間の体温を上回る気温になり熱中症を発症する可能性が高くなります。甲賀の夏を満喫するためにも、熱中症について正しく理解し、予防に心掛けましょう。

労働者

高温、多湿な環境
での長時間の作業で体温が上昇する



対策

- 屋外では、ぬらしたタオルや冷却剤で、
頭や首、わきの下を冷やす
- 適度な休憩をとる
- 定期的に水分・塩分をとる

日常生活で 気をつけること

- 1日1.2リットルを目安に
水分をこまめに摂取する
- 栄養バランスのよい食事をする
- ふだんから暑さに備えた体
づくりをする
※20～30分のウォーキン
グがおすすめ
- ブラインドやすだれ、カー
テンで直射日光を遮る
- 室内の空気の流れをつくる
※網戸や扇風機で風通しを
よくする
- 我慢せずクーラーを使う

今年も
やります!

冷たい甲賀市産のお茶を用意



市では、市内の23地域市民センターで熱中症予防のため、9月末まで冷たいお茶を用意しています。お立ち寄り際には職員にお声かけください。

より良い教育環境をめざして 小中学校のエアコン・ 洋式トイレを整備へ

子どもたちが、快適に学習できる教育環
境を整えるため、市では今年度から教室へ
のエアコン
設置とトイ
レの洋式化
を進めます。



普通教室にエアコンを設置

今年度から小中学校の普通教室にエアコン
を設置します。
平成29年度は、9校を対象とし、次年度以
降も順次市内各小中学校の整備を進めます。

トイレも洋式化へ

文部科学省が行った公立小中学校施設にお
けるトイレの状況調査結果では、洋式率は約
4割程度にとどまっています。災害時には学
校が避難所になることから、高齢者など誰
もが利用できるようにトイレの洋式化が急務
です。

平成29年度は、11校を対象とし、次年度以
降も順次市内各小中学校のトイレの洋式化を
進めます。

小中学校エアコン設置・トイレ洋式化 実施予定年度一覧

学校名	エアコン	トイレ	備考
水口中学校	29年	-	
城山中学校	31年～	31年～	大規模改修工事 ※
土山中学校	30年	29年	
甲賀中学校	29年～31年	29年～31年	大規模改修工事 ※
甲南中学校	29年	-	
信楽中学校	30年	-	
伴谷小学校	31年～	31年～	大規模改修工事 ※
伴谷東小学校	29年	-	
柏木小学校	29年	-	
水口小学校	29年～31年	29年～31年	大規模改修工事 ※
綾野小学校	29年	30年	
貴生川小学校	29年	-	
大野小学校	30年	29年	
土山小学校	30年	29年	
鮎河小学校(休校)		29年	体育館のトイレのみ施工
大原小学校	30年	29年	
油日小学校	30年	29年	
佐山小学校	30年	29年	
甲南第一小学校	29年～30年	29年～30年	大規模改修工事 ※
甲南第二小学校	29年	30年	
甲南第三小学校	29年	30年	
甲南中部小学校	29年	30年	
希望ヶ丘小学校	29年～31年	29年～31年	大規模改修工事 ※
信楽小学校	30年	29年	
雲井小学校	30年	29年	
小原小学校	-	-	
朝宮小学校	30年	29年	
多羅尾小学校	30年	29年	

「※」は、大規模改修工事と共にエアコン設置・トイレを整備します。
「-」は、既に改修工事等で設置・整備済み
●旧山内小学校体育館は、避難所となっていることからトイレを整備します。

問合せ 教育総務課
TEL 86-8018 FAX 86-8380