

『としま環境だより』第41号  
令和5年8月4日発行号

本メールは豊島区メールマガジンにご登録いただいたお客様に配信しています。このアドレスは配信専用です。

\*\*\*\*\*

7月31日から8月4日までの5日間、環境省がTwitter等で熱中症予防のポイントを発信！その内容をご紹介します

\*\*\*\*\*

【7月31日発信】

①熱中症警戒アラートをチェックしよう！

熱中症予防には気温だけでなく、湿度や日差しも考慮した「暑さ指数」を確認することが重要です。

熱中症警戒アラートは、熱中症予防情報サイトや環境省公式LINEで配信中↓

<https://www.wbgt.env.go.jp/>

【8月1日発信】

②エアコンを適切に使おう！

熱中症による被害は、屋外よりも屋内のほうが多いです。冷やしすぎには注意して、エアコンを適切に使用しましょう。

無理のない省エネ・節約術を公開中↓

環境省 HP : [https://ondankataisaku.env.go.jp/carbon\\_neutral/topics/20230713-topic-47.html](https://ondankataisaku.env.go.jp/carbon_neutral/topics/20230713-topic-47.html)

経産省 HP :

[https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving\\_and\\_new/saving/general/howto/airconditioning/index.html#1](https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/general/howto/airconditioning/index.html#1)

【8月2日発信】

③こまめに水分・塩分を補給しよう！

特に、運動時など、たくさん汗をかいた時は水分だけでなく、塩分の補給も大切です。運動中の体を十分に冷やすことや、運動前の体調を把握しておくことも重要です。

スポーツ時の熱中症予防に関して、室伏長官からのメッセージ↓

<https://www.youtube.com/watch?v=64a5LS6Jx04>

【8月3日発信】

④声かけ・見守りをしよう！

高齢者や子どもなどは、熱中症のリスクが高いため注意が必要です。

家族や身近な方から、水分・塩分の補給を促すなど、熱中症予防の声かけをしましょう。

【8月4日発信】

⑤災害時は特に気をつけよう！

慣れない環境の中での作業は熱中症リスクが高まるので、普段以上に体調管理に気をつけましょう。

避難生活・片付け作業時の注意点は↓

[https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/pr/20230530\\_leaflet\\_in\\_disasters.pdf](https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/pr/20230530_leaflet_in_disasters.pdf)

引き続き、熱中症にご注意ください。

【問い合わせ】

豊島区環境政策課 事業グループ

電話：03-3981-2771 FAX：03-3980-5134 Eメール：[A0029180@city.toshima.lg.jp](mailto:A0029180@city.toshima.lg.jp)

\*\*\*\*\*

最後までお読みいただきありがとうございます。

「としま環境だより」のバックナンバーは以下のアドレスでご覧いただけます。

<http://www.city.toshima.lg.jp/149/1912131411merumaga.html>

メールマガジンの配信先アドレスを変更する場合は、旧アドレスで配信停止をした後、新アドレスで登録してください。

発行：豊島区 環境清掃部

メール [A0029180@city.toshima.lg.jp](mailto:A0029180@city.toshima.lg.jp)

豊島区ホームページ <http://www.city.toshima.lg.jp/>

=====  
Copyright (C) 豊島区 All rights reserved

掲載記事の無断転載を固く禁じます

※利用者情報の変更・解除はコチラ

<https://service.sugumail.com/toshima/m/u/i/09e4e0f7a49bded1eec25979e680f4f9>