

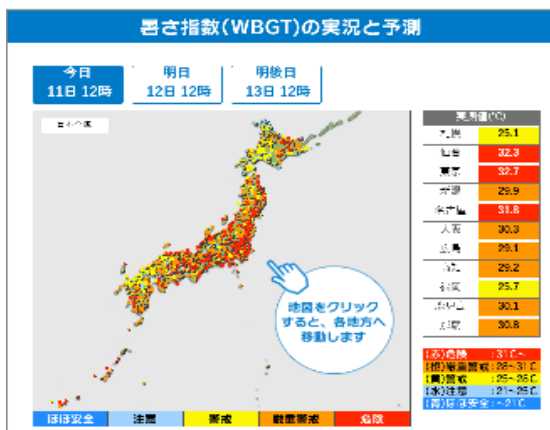
愛知県のみなさまへ

愛知県熱中症警戒アラート 発表時の予防行動

熱中症警戒アラートは、暑さへの「気づき」を呼びかけて予防行動をとっていただくための情報です。熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に、その前日午後または当日午前に発表されますので、以下のような予防行動を積極的にとりましょう。

1 気温・湿度・暑さ指数を確認しましょう

- 愛知県、環境省や気象庁のホームページでも確認できる。



2 熱中症リスクの高い方に声をかけましょう

- 熱中症になりやすい高齢者、子ども、障がい者の方々は十分に注意を！
- 3密(密集、密接、密閉)を避けつつ、周囲の方からも、積極的な声をかける。



3 外での運動や活動は中止／延期しましょう

- 不要・不急の外出はできるだけ避ける。
- エアコン等が設置されていない屋内外での運動や活動等は、原則、中止や延期をする。



4 「熱中症予防行動」を普段以上に実践しましょう

- 環境省・厚生労働省が示している「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントを心掛ける。



- 暑さを避けましょう
- 適宜マスクをはずしましょう
- こまめに水分補給しましょう

より詳しい情報は・・・愛知県：<https://www.pref.aichi.jp/kenkotaisaku/netyuusyuu/1.html>



環境省：<https://www.wbgt.env.go.jp/>

気象庁：<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/kurashi/netsu.html>