

熱中症、 予防がいのちの分かれ道。

「熱中症」は、暑い中での運動や長時間労働が原因で多く発生していましたが、最近では散歩中や家でくつろいでいる時など、日常生活でも熱中症になる人が増加しています。昨年、神埼市内での熱中症による救急搬送人数は36人。そのうち半数以上が高齢者でした。また、室内での熱中症発生率は約4割。室内でも油断は禁物です。



神埼消防署 消防2課 救急係
係長 高祖 英昇 さん



高齢者や子どもは特に注意が必要です。

高齢者の特徴

体温を下げるための体の反応が弱くなっており、気づかないうちに熱中症になる危険がある。

- ・喉の渇きを感じにくい
- ・暑さを感じにくい
- ・汗をかきにくい



POINT !

- ・室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機などを活用する
 - ・喉が渇かなくても水分を補給する
 - ・1日1回、汗をかく運動をする
- ※介護や世話をする人は、普段と様子が違うと感じた場合は、ためらわずに医療機関を受診させましょう

子どもの特徴

体温調節機能が未熟なため、熱中症になりやすい。

- ・地面の照り返しにより、高い温度にさらされやすい
- ・汗腺などが未熟



POINT !

- ・子どもの顔色や汗のかき方を十分に観察する
- ・こまめに水分補給を行い、適度に休憩を取らせる
- ・日頃から適度に外遊びをさせて、暑さに慣れさせる
- ・外出時には熱のこもりやすい服を避けて、帽子をかぶらせる



天気予報だけでなく暑さ指数(WBGT)の確認を！

暑さ指数(WBGT)	注意事項	対策
31以上	危険	高齢者は安静状態でも発生リスクが高いため、外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
28以上 31未満	厳重警戒	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
25以上 28未満	警戒	運動や作業をする時は、定期的に十分な休息を取り入れる。
25未満	注意	一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働は発症リスクが高まるため注意する。

暑さは「気温」だけでなく、

- ・湿度が高い（汗が乾かない）
- ・強い日差し（体が熱くなる）
- ・風がない（体の熱が逃げない）

といった条件でも、体に大きな負担になります。暑さ指数(WBGT)はこうした条件を元に「どれだけ暑さに注意が必要か」を教えてくれる数字です。

WBGTは環境省のサイトやLINE、テレビのデータ放送等で確認できます！



環境省
熱中症予防情報サイト

33以上 ▶ 熱中症警戒アラート 35以上 ▶ 熱中症特別警戒アラート が発令されます。



熱中症対策は適切にできていますか？

熱中症はちょっとした油断でも起こります。このチェックリストで、日頃の予防を見直してみましょう。



こまめに水分・塩分
補給をしている



エアコン・扇風機を
上手に使用している



部屋の温度を
測っている



部屋の風通しを
良くしている



暑い時は
無理をしない



涼しい服装を
している



涼しい場所・施設を
利用する



緊急時・困った時の
連絡先を確認している



熱中症をなめたら
いけません！



神埼消防署 消防2課 救急係
救急救命士 大坪 千浩 さん

体温が40度を超えるよう
な重篤な熱中症の場合、生
命に関わることもあります。
自分は大丈夫と思わず、
暑い日には外出を控え、室
内ではエアコンを使用し、
こまめに水分・塩分を補給
するなど基本的な予防を行
って自分の命は自分で守り
ましょう。日頃から十分な
睡眠や食事を取り、体調を
整えておくことも大変重要
です！

「大丈夫」が
一番危ない。



要注意サイン を見逃さないで！

めまいや立ちくらみ、吐き気
がしたら、熱中症の要注意サ
インかも。早めに対策を行っ
て重症化を防ぎましょう。

涼しい場所 へ移動

日陰や冷房が効い
た室内・車内など
涼しい場所に移動
しましょう。

体を 冷やす

衣服をゆるめ、冷た
いタオルで首筋や両
脇、足の付け根を冷
やしましょう。

水分・塩分 補給

水分と塩分を同時
に補給できるスポ
ーツドリンクなど
を速やかに摂取し
ましょう。

“意識がない”
“応答がおかしい”
と感じたら

119番を！

神崎市HP



指定暑熱避難施設
「クーリングシェルター」
の設置について

神崎市防災メール



クーリングシェルター開放や
熱中症特別警戒アラート等を
お知らせします



健康長寿課
健康増進係
湊 玲名 さん

問 健康長寿課 健康増進係 ☎51-1234

5/18
6/1

チーム一丸となって力を尽くす 第20回神崎市ソフトボール大会

第20回神崎市ソフトボール大会が市内の各グラウンドで開催され、17地区が参加し熱戦を繰り広げました。大会は、幅広い世代の選手たちが励まし合いながら、力を尽くし試合を通してチーム間の親睦を深めました。



● Aパート 優勝 本堀



● Bパート 優勝 尾崎東分

5/23

今シーズンを振り返り来季の飛躍を誓う！ 佐賀バルーナーズが表敬訪問

市と連携協定を結んでいるプロバスケットボールチーム「佐賀バルーナーズ」の田島寿太郎代表取締役社長、岸田篤生選手、中西佑介選手が市長を表敬訪問し、シーズン終了を報告しました。

田島社長は「今後も地域に貢献し愛されるチームを目指しながら、来シーズンは良い成績が残せるよう頑張っていきたい」と述べられました。

市長は「シーズンを通して素晴らしいパフォーマンスを見せてくれた。来シーズンも共に佐賀県を盛り上げましょう」と労いと激励の言葉を贈りました。



5/22

若い世代へ農業の楽しさを 神埼清明高校生といちご農家が交流会

千代田町大石地区にある三神いちごトレーニングファームで、神埼清明高校の2年生14人がハウス見学や収穫体験を行った後、農家から農業経営についてリアルな声を聞き、農業への理解と関心を深めました。

参加した生徒の一人は「農家同士でつながりを深めながら農業ができるという話を聞けて、とても明るいイメージを持つことができた」と話していました。



5/24

定住人口や交流人口の増加へ 佐賀大生「未来の神埼の住まい」を提案

都市デザインやまちづくりを学ぶ佐賀大学芸術地域デザイン学部の学生9人が「未来の神埼の住まい」をテーマに、市の魅力を生かした住まいづくりについて提案を行いました。

学生たちは、さまざまな視点から市の魅力や特性を捉え、九年庵や仁比山神社が立地するエリアで「自然と共存する」家づくりや、旧長崎街道で「家の一部をショーケースとして見せる」家づくりを提案しました。

若い世代ならではのアイデアが盛り込まれた提案に、地元住民などの参加者たちは熱心に耳を傾けていました。



5/29

日本舞踊やビンゴ大会で市民と交流 佐賀整肢学園・かんざき日の隈寮で春まつり

佐賀整肢学園・かんざき日の隈寮で、施設利用者と地元住民が交流を図る春まつりが開催されました。

まつりには約120人が参加し、のど自慢大会をはじめ、ビンゴ大会や市を拠点に活動する日本舞踊藤間流静浄会の舞踊も披露されました。大島毅施設長は「地域に密着した施設として、気軽に足を運んでもらいたい」と話しました。

かんざき日の隈寮では、春まつりのほかにも秋まつりやグラウンドゴルフ大会など、さまざまな行事が開催されています。



5/31

新しい環境でいきいきと 小桜こども園落成式

今年2月、神埼町永歌地区に開園した小桜こども園新園舎の落成式が行われました。

式で藤戸鉄也理事長は「子どもたちにとっての成長の場として、また、地域活性化のシンボルとなっていきたい」と話しました。

新園舎は鉄骨造りの平屋で、こどもたちが安全に安心して過ごせる空間だけではなく、隠れ家的な要素や好奇心、冒険心をくすぐるような工夫がふんだんに盛り込まれた作りになっています。開園から3カ月が経ち、こどもたちも新園舎に慣れていきいきと遊んでいます。



5/31

外国人留学生と交流深める 神埼地区日中友好協会総会が開催

神埼情報館で神埼地区日中友好協会の総会が行われ、会員や市民合わせて約50人が参加しました。

総会後には、西九州大学の外国人留学生3人により日々の生活や文化の違いについての体験発表が行われました。中国・四川省出身の留学生、張桂榮さんは「一人の留学生でも、交流の架け橋になれると信じている」と話しました。

市では中国の山西大附属中学校と脊振中学校が姉妹校締結をしており、毎年交流を行っています。今年度は7月に脊振中学校で交流が行われる予定です。



6/2

真っ赤ないちごにこぼれる笑顔 仁比山保育園の園児がいちご狩り

仁比山保育園の園児（年長、年中）が、平英典さん（神埼町竹原）のビニールハウスで「いちご狩り」を体験しました。

園児たちは、平さんからいちご摘みのコツを教えもらい「これ取っていいかなあ」など友達と相談しながら、熟した実を見極めて大粒のいちごをカゴいっぱいに入れていました。

中には、かごから溢れ出るほどのいちごを摘んで、持ち帰るのに苦労する園児もいました。

参加した石動天馬くんは「甘くておいしい」と話していました。



6/13 高齢運転者の交通事故減少へ 王仁博士顕彰公園でグッドドライバー・レッスン

カーライフの楽しさとともに、高齢運転者の安全な運転をサポートする体験型講習会「グッドドライバー・レッスンin神崎市」が王仁博士顕彰公園で開かれました。

講習会には県内から51人が参加し、自家用車でコースを運転し運転技術を確認めたり、シミュレーターを用いて認知機能を確認したりしました。

モータースポーツの選手らがインストラクターを行い、培った知識や技術をドライバーに伝えました。

参加した女性は「確認の大切さなど普段の運転を見直す機会になった」と話しました。



6/13 200人が熱狂！ レットルSAGAPublicビューイング

ハンドボール・リーグH男子の「トヨタ紡織九州レッドトルネードSAGA」が優勝を争うプレーオフの1回戦に臨み、市役所ホールでもパブリックビューイングが行われました。

今回のパブリックビューイングは、レットルSAGAが配信映像の協力をを行い実現。会場には選手たちを応援しようと、市内外から約200人が集まり、選手一人ひとりの素晴らしいプレーへ熱い声援を送りました。

試合は惜しくも32対34で敗れ、初戦敗退となりましたが、来シーズンの優勝に向け、引き続き熱い応援をお願いします。



6/15 大勢の観客がスタート地点から声援 トヨタラリーチャレンジ

初心者向けのラリー大会「トヨタガズーレーシングラリーチャレンジin神崎・吉野ヶ里」が吉野ヶ里歴史公園をメインに開催され、約2,000人が訪れました。

ラリーチャレンジでは38台が参戦し、約25kmの林道コースを、タイムを競い合いながら駆け抜けました。

また、会場では市の特産品を紹介するブースやキックターゲット、JAFの衝突体験コーナー、eスポーツ体験コーナーなどさまざまなブースが設けられ、ラリー観戦はもちろん老若男女問わず楽しめるイベントとなりました。



6/16 子どもたちの安全な登下校を願って 横断旗を寄贈

市の民生委員を務めている宮地数義さん（神崎町利田）から、子どもたちが交通事故に遭わないようにと1,000本の横断旗を寄贈いただきました。

宮地さんは「児童生徒の安全な登下校のために役立てて、未来ある子どもたちをみんなで守ってほしい」と話されました。市長は「傷んだ横断旗や、旗の数が足りない箇所に補充させていただきます」とお礼を述べました。

寄贈いただいた横断旗は、子どもたちの安全確保に活用していきます。

