

## 熱中症を予防しましょう！

### 熱中症とは

「熱中症」は気温や湿度が高い状況下で、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけではなく室内で何もしていない時でも発症する可能性があります。

### 熱中症の症状（日本救急医学会熱中症分類より）

- I度（軽症） 涼しい場所へ避難し水分・塩分補給をしましょう。
  - めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- II度（中等症） 病院受診を考慮しましょう。
  - 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- III度（重症） 入院加療が必要となる可能性があります。
  - 意識消失、返事がおかしい、けいれん、体が熱い

### 熱中症を予防するには

#### 暑さを避ける

室内ではエアコンや扇風機で温度を調節し、遮光カーテン、すだれを利用。屋外では日傘や帽子の着用、日陰を利用しこまめに休憩をとる。また、からだの蓄熱を避けるために通気性の良い、吸湿性、速乾性のある衣服を着用しましょう。

#### こまめな水分補給

室内でも、屋外でも、喉の渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう。

### 熱中症になってしまったら



- 涼しい場所へ避難し、服を緩め、体を冷やしましょう。
- 水分、塩分、経口補水液等を補給しましょう。
- 回復するまで安静にして十分に休息をとりましょう。
- 自力で水が飲めない、意識がない場合はためらわず救急車を呼びましょう。

## ◆北区内

○ 5 月中に発生した火災・救急・救助

火 災		救 急		救 助	
当 月	前年当月	当 月	前年当月	当 月	前年当月
4 件	3 件	924 件	987 件	19 件	21 件

○ 火災概要

発生日	学 区	発生場所	種 別	災害概要
5月 5日	清水	清水三丁目地内	建物	飲食店のダクトから出火 延焼・死者・負傷者なし
5月 6日	杉村	大曽根一丁目地内	建物	飲食店のごみ袋から出火 延焼・死者・負傷者なし
5月 9日	宮前	上飯田北町2丁目地内	その他	コンビニ敷地内の芝生から出火 延焼・死者・負傷者なし
5月23日	光城	浪打町1丁目地内	車両	ホームセンター駐車場の車両から出火 延焼・死者・負傷者なし

○ 昨年中との比較（1月1日～5月31日）

区 分	火 災			死 者 (人)	負傷者 (人)	救 急	救 助
	件 数	建 物	建物以外				
令和6年	16	10	6	0	2	4,872	104
令和5年	18	7	11	0	4	4,854	110
増 減	▲ 2	+3	▲ 5	0	▲ 2	+18	▲ 6

## ◆名古屋市内

○ 5 月中に発生した火災・救急・救助

火 災		救 急		救 助	
当 月	前年当月	当 月	前年当月	当 月	前年当月
44 件	41 件	12,045 件	12,231 件	208 件	183 件

○ 昨年中との比較（1月1日～5月31日）

区 分	火 災			死 者 (人)	負傷者 (人)	救 急	救 助
	件 数	建 物	建物以外				
令和6年	212	138	74	7	42	63,569	1,098
令和5年	254	158	96	15	54	59,725	998
増 減	▲ 42	▲ 20	▲ 22	▲ 8	▲ 12	+3,844	+100

○ 学区別火災統計（1月1日～5月31日）

学区	火災件数	建物		死者 (人)	負傷者 (人)
		建物	建物以外		
六郷	0	0	0	0	0
六郷北	1	0	1	0	0
飯田	0	0	0	0	0
宮前	1	0	1	0	0
名北	0	0	0	0	0
辻	0	0	0	0	0
杉村	1	1	0	0	0
大杉	0	0	0	0	0
清水	4	2	2	0	0
金城	2	2	0	0	0
東志賀	2	2	0	0	1
城北	0	0	0	0	0
光城	2	1	1	0	1
川中	1	1	0	0	0
味鏡	2	1	1	0	0
西味鏡	0	0	0	0	0
楠	0	0	0	0	0
如意	0	0	0	0	0
楠西	0	0	0	0	0
合計	16	10	6	0	2

(注) 救急・救助にあつては、出動件数であり、市外への出動を含みます。  
令和6年5月31日現在の速報値です。

○ 災害予防一〇メモ

- これからの時期は、スプレー缶、ガスライター、モバイルバッテリーなどを車内に放置すると、車内温度の上昇で破裂や引火の危険性があるため注意しましょう。
- 炎天下の車内に、子供が閉じ込められるという救助事案が毎年発生しています。短時間だからと子供や高齢者を残して、車から離れないようにしましょう。

○ 北区内過去3年間の火災・救急・救助の状況（1月1日～12月31日）

区分	火災			死者 (人)	負傷者 (人)	救急	救助
	件数	建物	建物以外				
令和5年	31	16	15	0	6	12,305	246
令和4年	31	21	10	3	13	11,297	195
令和3年	21	11	10	2	4	10,014	182

○ 名古屋市内過去3年間の火災・救急・救助の状況（1月1日～12月31日）

区分	火災			死者 (人)	負傷者 (人)	救急	救助
	件数	建物	建物以外				
令和5年	550	355	195	20	120	155,776	2,508
令和4年	508	335	173	17	123	146,609	2,235
令和3年	468	289	179	11	108	123,229	1,820

（注）救急・救助にあつては出動件数であり、市外への出動を含みます。

●最寄りの「今、診てもらえる医療機関」を探したいときは

愛知県救急医療情報センター

☎052-263-1133  
（24時間受付）

あいち救急医療ガイド

ウェブ検索  
又はQRコード



●子どもの急な病気や事故などで、家庭での応急処置、医療機関への受診の必要性などについて相談したいときは

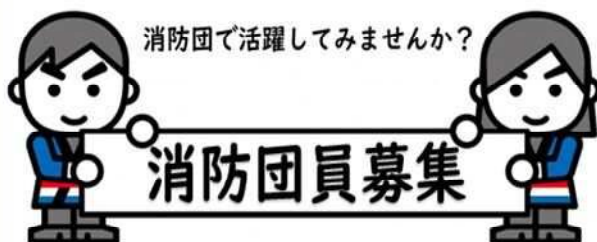
小児救急電話相談

（愛知県）

☎#8000  
または☎052-962-9900  
（19時～翌朝8時）

子どもあんしん電話相談

☎052-933-1174  
（平日：20時～24時）  
（土日祝日：18時～24時）



入団希望を  
電子申請できます

お問い合わせ先 北消防署総務課 ☎052-981-0119