

# 交番速報

FUNAGIRA POLICE STATION

令和5年6月19日(月)  
天竜警察署  
船明交番発行

## 気温上昇中！ 体調管理に気を付けて

### 運転中に身体の異変を感じたら



気温が高くなると、暑さからくる集中力の欠如、疲労などを原因とする交通事故が懸念されます。また運転中や路上での熱中症の発症は、重大な事故につながる危険性があります。体調がすぐれない時には、運転や外出を控えるなど、交通事故防止に努めましょう。

#### 「何かおかしいと、感じたら」

胸の痛み・頭痛・手足の痺れや不自由・胸焼けのような上腹部の不快感や吐き気など



病気の  
前兆かも

#### すぐに安全な場所へ車を止めましょう

停車後、サイドブレーキを掛け、ハザードランプを点灯する等の安全措置をとり、症状が改善しない場合は

- ・救急車を呼ぶ
- ・周りの人に助けを求める（窓を開けて手を振る等）

など、事故防止に努めましょう。



#### 暑さ指数と熱中症

暑さ指数（WBGT）とは、熱中症に関連する、気温、湿度、日射等の要素を取り入れた指標であり、熱中症予防の目安として用いられています。

最新情報は環境省のホームページ等を確認して下さい

暑さ指数 (WBGT)		日常生活における注意事項
31℃～	危険	外出はなるべく避け、涼しい室内に移動。
28～31℃	嚴重警戒	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
25～28℃	警戒	運動や激しい作業をする際は、定期的に十分な休息を取り入れる。
21～25℃	注意	一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

車内でも熱中症の危険があります！

運動・作業後は休息が必要です！

炎天下では、車内が日光にさらされ、車内温度が高くなりがちです。車内でも熱中症にかかる可能性があるため、あらかじめ十分な水分補給をしておくとともに「カーエアコン」を使用するなど、快適な車内温度を保ってね！



お子さまを車内に残したまま車を離れることは、大変危険な行為です！