



くまごろうだより



7 月、西日本豪雨で被災された皆様に謹んでお見舞い申し上げます。

大阪の地震に引き続き災害が続いています。予想を超える大雨で今までにない雨量を記録したとのことです。また全国的に猛暑が続いています。温暖化の影響もあるのでしょうか。予想できない事態が起こっているようです。



トピックス

熱中症の対策をお願いします。

連日 35 度以上の猛暑日が記録されています。



気象庁はこの猛暑を「一つの災害であると認識している」と発表し、消防庁は 7 月 24 日、1 週間の熱中症による救急搬送件数は 22000 人を超え、うち死者が 65 人を超えたと発表しました。



特に高齢者の場合は暑さを感じにくく体温調節や発汗機能が低下しています。

高齢者の熱中症は室内での発症が 4 割に上っています。家の中だから安心ということはありません。

熱中症で亡くなった高齢者のうち 3 割の方が夜間に亡くなっていて、そのほとんどがエアコンをつけていなかったことがわかりました。



いつも訪問しているお宅で高齢者の方には…、

- ・のどが渇かなくてもポカリスエットなどの水分、補水液の経口をお願いします。
- ・温度計や湿度計をこまめに確認して室温を調節してください。
(室内は扇風機など空気の流れを作り、カーテンなどで直射日光を遮る。エアコンの設定温度も 28 度にこだわらず設定温度を下げる、湿度は 60% 以下を目安。)
- ・入浴介助はぬるめ (40 度以下) の温度で短時間をお願いします。
- ・いつもと様子が違う (返事がおかしい、自分で水を飲めないなど) と思ったら事務所にすぐに連絡をください。緊急の場合は救急搬送をお願いします。



ヘルパーさんをお願い

- ・暑さをさける服装 (襟首を緩めゆったりした服装)、睡眠をしっかり取る、水分、補水液などをこまめに十分補給する、日陰を歩く、ぬれタオルや冷却材で体温を下げるなど、よく言われていることですが、改めて気を付けましょう。

体調に気を付けて熱中症を予防しましょう。

この夏を乗り切りましょう

