

# 熱中症は中高生に多く発生しています！

平成28年度大阪市救急搬送患者数

| 年齢階級   | 性別 | 人数  | 率(人口10万対) |
|--------|----|-----|-----------|
| 0～6歳   | 女  | 2   | 2.9       |
|        | 男  | 3   | 4.1       |
|        | 計  | 5   | 3.5       |
| 7～18歳  | 女  | 42  | 35.1      |
|        | 男  | 99  | 79.4      |
|        | 計  | 141 | 57.7      |
| 19～39歳 | 女  | 69  | 18.7      |
|        | 男  | 116 | 32.3      |
|        | 計  | 185 | 25.4      |
| 40～64歳 | 女  | 66  | 15.1      |
|        | 男  | 201 | 45.3      |
|        | 計  | 267 | 30.3      |
| 65歳以上  | 女  | 225 | 59.9      |
|        | 男  | 299 | 103.8     |
|        | 計  | 524 | 79.0      |

さらに、「7～18歳男」を詳しく見ると

「65歳以上男」の次に高い

| 年齢        | 人数        | 人口            | 率(人口10万対)    |
|-----------|-----------|---------------|--------------|
| 7         | 3         | 9,959         | 30.1         |
| 8         | 2         | 9,576         | 20.9         |
| 9         | 5         | 9,538         | 52.4         |
| 10        | 5         | 9,815         | 50.9         |
| 11        | 5         | 9,870         | 50.7         |
| 12        | 9         | 10,547        | 85.3         |
| <b>13</b> | <b>17</b> | <b>10,686</b> | <b>159.1</b> |
| <b>14</b> | <b>18</b> | <b>10,503</b> | <b>171.4</b> |
| <b>15</b> | <b>16</b> | <b>10,761</b> | <b>148.7</b> |
| 16        | 8         | 11,004        | 72.7         |
| 17        | 5         | 10,977        | 45.5         |
| 18        | 6         | 11,488        | 52.2         |
| 総計        | 99        | 124,724       | 79.4         |

男子中学生の発生率は「65歳以上男」より高い。

でも大丈夫。適切な予防で熱中症を防ぐことができます！

## 熱中症予防のポイント

### 温度に気をくばろう

- 涼しい素材(通気性のよい、吸汗・速乾素材)の服を着せるようにしましょう。

### こまめな水分補給を

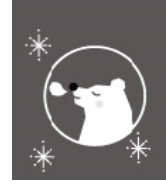
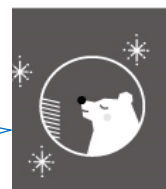
- 水分補給は熱中症予防の基本中の基本。水筒やペットボトルを持ち歩かせましょう。
- 水分と一緒に適度な塩分補給(0.1～0.2%程度の食塩水やスポーツドリンクなど)も大切。

### 休息をとろう

- 顔が赤く、ひどく汗をかいている場合は、涼しい場所で十分な休息をとらせましょう。

### 栄養もしっかりと

- 朝ごはんは1日の基本。規則正しい食生活も熱中症を防ぎます。



大阪市HP

熱中症予防声かけプロジェクトHP



ひと涼み

検索

熱中症の応急処置など詳しい情報はホームページにアクセス →