

熱中症に注意しましょう

問 春日部市保健センター
(TEL 048-736-6778)

熱中症は梅雨の晴れ間に突然気温が上がった日や、梅雨明け後に急に蒸し暑くなった日によく起こります。

高温多湿な環境でうまく体温調節ができないと、室内でも発症し、場合によっては命を落とすこともあります。

熱中症の症状

軽症

めまい、立ちくらみ、こむら返り、手足のしびれ、気分が悪い



中等症

頭痛、吐き気、体がだるい、ぐったりする



重症

意識がない、けいれん、体が熱い、まっすぐ歩けない、呼びかけに対して返事がない



熱中症予防のポイント

- ① 上手にエアコンを活用
- ② 暑くなる日は要注意
- ③ 水分をこまめに補給
- ④ 「おかしい」と思ったらすぐに病院へ
- ⑤ 高齢者やこどもの体調に気配りを
- ⑥ 外出時に涼しい場所で休憩をクールオアシスかすかべを利用しましょう



熱中症が疑われる場合の主な対処方法

- 涼しい場所へ避難する
- 服をゆるめ、体を冷やす
- 水分、塩分、経口補水液を補給する

※症状が改善されない場合は、医療機関を受診しましょう。また、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう



熱中症の危険が高い時のお知らせ

緊急度は暑さに応じて異なりますが、安心安全メールや防災無線でお知らせします。

★ 熱中症警戒アラート

県内のいずれかの地点の暑さ指数が33に達すると予測される場合に発表になります。熱中症の危険性が極めて高く健康被害が生じるおそれがあります。積極的に暑さを避ける工夫をし、熱中症を予防しましょう。

★ 熱中症特別警戒アラート

県内の全ての地点の暑さ指数が35に達すると予測される場合に発表になります。過去に例のない危険な暑さにより人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあります。自宅にエアコンがない人や外出中の人の一時的な避難場所として指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)が開放されます。

クールオアシスかすかべ、クーリングシェルターの設置場所は [こちら](#)



[暑さ指数(WBGT)]

熱中症予防のための指標で、湿度、日射・輻射などの周辺の熱環境、気温の三つを基に算出。埼玉県内は8地点で指数を提供。



まち全体で防犯力アップ!

問 ぐらしの安全課 (TEL 048-736-1126)

春から夏にかけて暖くなる6月は、一年の中で最もこどもの声かけ事案が多くなる時期です。

声かけ事案は、市内では令和7年に **75件** (前年比34件減) 発生しています。



子どもたちを犯罪から守るため

① 防犯情報を日頃から取り入れる

市で配信している安心安全情報メール「かすかべ」に登録することで、警察からの防犯情報(不審者情報など)を知ることができます。

安心安全情報メール「かすかべ」の登録方法など詳しくは市 [WEB](#) で



② 自主防犯活動でまち全体を犯罪から守る

まち全体で犯罪をなくしていくためには、地域での見守り活動が必要です。

市では、登録した自主防犯活動団体*に、市民活動総合補償制度(ボランティア保険)への登録と、パトロールグッズ(ベスト・帽子・タスキ)の支援を行っています。

※自主防犯活動団体…住民が主体となって地域のパトロールや見守りを行うボランティア組織

また、「見える防犯活動」として、青色回転灯を装備した自動車(通称:青パト)を使用し、春日部市青色回転灯車防犯パトロール推進会の皆さんが、市内のパトロールを実施しています。

自主防犯活動団体や、青パト活動への参加団体を募集中です!



登録方法など詳しくは市 [WEB](#) で



定期購入トラブルに注意

問 ぐらしの安全課 (TEL 048-739-6833)、春日部市消費生活センター (TEL 048-739-7100)

契約トラブルに遭った際は、消費者ホットライン(TEL 188)や消費生活センターに相談しましょう。

最も多い相談事例

スマホなどで「初回〇円」「お試し価格」「定期縛りなし」などの広告を見つけ、1回限りと思い注文したところ、実は「定期購入」だった

このような相談は令和7年度は相談件数1,790件中635件と35パーセントを占め、最も多い相談内容となっています。

消費者へのアドバイス

注文前に広告や最終確認画面をスクリーンショット*し、保存しておきましょう。トラブル発生時に証拠となって解決につながる場合があります。

※表示画面を画像として保存すること

(注意) 通信販売にはクーリング・オフはなく、また、受け取り拒否や支払いをせずに放置していても解約したことになりません