

シルバー ふれあい

第299号
令和8年7月10日発行
(公社) 長瀬町シルバー人材センター
〒369-1311 長瀬町岩田 1720-2
☎66-0948 fax 66-4555
Eメール nagatoro01@sjc.ne.jp
https://webc.sjc.ne.jp/nagatoro/

令和8年度 定時総会のお礼

6月18日の定時総会では、会員の皆様のご協力により、議案はすべて原案のとおり承認され、無事終了することが出来ました。ご協力に感謝申し上げます。

暑さ対策をお願いします

まもなく梅雨が明けて夏本番となります。今年も気温の高い日が多いと予想されるので、今から暑熱順化するなど準備しておきましょう。

今回は、暑さに関する言葉をまとめてみました。

・暑い日の呼び方・・・気象庁の予報用語です。

夏日：最高気温が25℃以上

真夏日：最高気温が30℃以上

猛暑日：最高気温が35℃以上

酷暑日：最高気温が40℃以上（今年から）

熱帯夜：夜の最低気温が25℃以下にならない

・暑さ指数・・・熱中症を予防することを目的として、1954年にアメリカで提案されました。湿度、気流、気温、輻射熱を考慮した温熱環境による熱ストレスを評価する指標です。気温と間違えやすいですが、指数なので単位はありません。

・不快指数・・・気温と湿度から算出される「蒸し暑さの度合い」を示す指標です。

・日常生活に関する指針・・・天気予報の時に「熱中症警戒情報」として目にするものです。暑さ指数を使った日常生活での注意すべき目安で、日本生気象学会が公表したものです。

31以上 「危険」

高齢者は安静状態でも熱中症を発生する危険性が高い。
外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。

28以上 「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以上 「警戒」

運動や激しい作業をする際は定期的に休息を取り入れる。

25未満 「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熱中症を発生する危険性がある。

・熱中症警戒アラート・・・暑さ指数に基づき環境省と気象庁が共同で発表します。

観測地点のいずれかが暑さ指数33以上になる場合

前日の午後5時と当日に午前5時に発表

・熱中症特別警戒アラート・・・令和6年4月から運用しました。

県内のすべての観測地点が暑さ指数35以上になる場合

前日の午後2時 重大な情報なので環境大臣が発表



長瀬町シルバー人材センターの対熱中症対策

労働安全衛生規則の一部改正に基づき、昨年6月に作成しました。再度お送りしますので、この機会に確認しておいてください。

「声掛けは 仲間を守る いのち綱」