

神奈川県川崎市 温度計付きチラシの使い方ガイド

- 市民と関わりがある各区の部署、民生委員や地域包括支援センター職員に、**温度計付きチラシ**とその「**使い方ガイド**」を併せて渡し、チラシのポイントを押さえたうえで高齢者を中心に配布していただく。
- 配布方法は手渡しを推奨。高齢者世帯を訪問する際に、**声かけツール**として有効との感想をいただく。

表面

令和7年度 温度計付きチラシについて

1. チラシの目的

熱中症による救急搬送者数の約半数は高齢者となっています。そのため、搬送者数を減らすためには、高齢者への啓発が重要で、高齢者は、暑さを感じにくい・体内の水分量が少ないという特有の要因により熱中症になりやすいとされています。自身の熱中症リスクが高い状態にあることに気づいていない高齢者に対しては、両面の方や地域における声掛けにより「気づきを促す」ことが重要となります。

本チラシは、地域の皆さまが高齢者へ熱中症予防の声掛けをしていただく際に役立つツールとして作成しました。



2. チラシ配布の対象者

高齢者

理由

- ・暑さを感じにくい、熱中症を他人事ととらえがちで行動変容に結びつきにくい
- ・スマートフォン等を使用して、インターネットで暑さに関する情報を取得するのが苦手

3. チラシ配布に協力していただきたい方

- ・高齢者と接する業務を行っている区職員
- ・民生委員児童委員協議会、社会福祉協議会、地域包括支援センター等の地域で高齢者福祉に関わっている方

4. チラシの渡し方

高齢者が集まる場や高齢者宅訪問時等に、「温度計付きのチラシであること」「いつも温度を測定して熱中症対策を行ってほしいこと」の2点を趣旨の上、手渡していただくことを想定しています。（渡し方はこのとおりでなくても構いません。）

※チラシの使い方、ポイントなどは裏面を参考にしてください。

（問合せ先）

環境局環境総合研究所

電話

FAX

Mail

裏面

チラシのポイント

表紙



1 表紙ではインターネットを使わずに、暑さに関する情報を取得する方法を紹介しています。

2 室内で1日過ごす場合、涼しい温度計で暑さを確認！
テラスを壁などに貼って、温度が涼しい部屋に入るようにしていただくことで、行動変容につながりやすくなります。

3 度を確認！
見える数字が現在の室温です。
計測値が当たると、熱を吸収し、正確な室温が計測できなくなることがあります。

4 外出する場合、テレビや新聞の天気予報で気温を確認！

裏面



1 熱中症対策のポイントは、脱水症状にならない・体温の上昇を抑える

2 室内でも・屋外でも、脱水症状にならないために水分補給

3 室内で体温の上昇を抑えるためにエアコン等を適切に利用（適切利用＝表裏）

4 屋外で体温の上昇を抑えるために日傘・帽子を使用、こまめな休憩
外出中のこまめな休憩に利用できる「ちょこ涼」の一冊は市HPページよりダウンロードできます。
一冊を印刷して、チラシと併せて差し込んでいただくことで、より効果的な暑さ対策につながります。

5 環境総合研究所で実施した熱中症対策につながる調査結果です。

■ 苦労した点

- ・液晶温度計をチラシに貼り付けて印刷してくれる業者が限られている。
- ・コストが高い（1枚あたり約50円）ので、捨てられないものになるように考えた。一方で液晶の経年劣化には注意が必要で「高齢者にとって意識づけを行うためのはじめの第一歩である」という位置づけが望ましい。

■ 工夫した点

- ・訪問の際に室内がかなり暑いと感じることもあり、温度計付きチラシを使用する事で可視化できるので、暑さを個人の感覚によらず示せる。
- ・暑さを知る方法が分かりやすく記載されていて、スマホが苦手な人にも親切。