

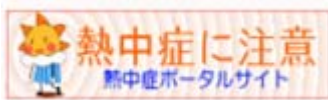


熱中症に注意

ー水分補給と暑さを避けることが大切ですー

沖縄県発表によると6月1日から20日までの県内での熱中症患者数は今年の2倍以上の169人に上っています。

気象台では、日々の気温観測や予報、気象情報発表を通じて、国の熱中症対策の一翼を担っています。熱中症になりやすい気象状況時には「高温注意情報」や「高温に関する気象情報」、「異常天候早期警戒情報」等を発表します。各情報を参考にして、十分な水分補給、扇風機や冷房を使うなど熱中症対策をして長い夏を健康に過ごしましょう。



情報等については、宮古島地方気象台ホームページ内の右記「熱中症に注意」バナーまたは下記アドレスを参考にして下さい。

(<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>)

熱中症対策のポイント

1. 『こまめの水分補給』
2. 『屋外での長時間にわたる活動をできるだけ控えること』
3. 『日陰の利用、適宜な休憩、日傘や帽子、通気性の良い衣類の着用』

熱中症は、湿度やスポーツ等による体調変化、水分補給の状態、健康状態等により、必ずしも気温が高くない状態でも発症することがあります。

熱中症予防については下記機関ホームページを参照下さい。

[熱中症情報](#)(総務省消防庁)

[暑い夏は作業計画の見直しを!](#)(厚生労働省)

[環境省熱中症情報](#)(環境省)

[熱中症予防情報サイト](#)(環境省)

[熱中症環境保険マニュアル](#)(環境省)



宮古島地方気象台

検索

宮古島地方気象台ホームページ
<http://www.jma-net.go.jp/miyako/>

お問合せ先：宮古島地方気象台防災管理官 TEL：0980-72-3054(平日のみ/8:30~17:15)