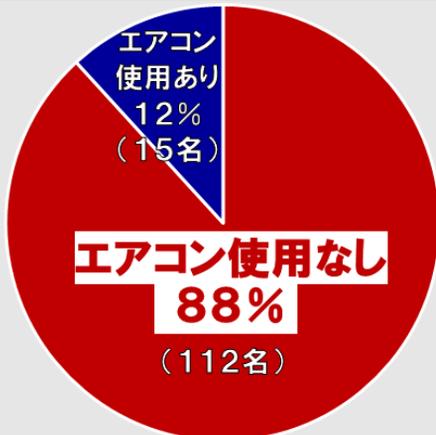


# 熱中症死亡者9割ず エアコン使用せず



東京都監察医務院によると、令和5年「エアコン設置のあった屋内の熱中症死亡者」のうち、88%がエアコンを使用していなかった。

また、足立区の高齢者孤立死は夏季に急増。令和

## 夏に急増 高齢者孤立死

### 猛暑日は死亡件数2.5倍に

5年の熱中症死亡者のうち82%が高齢者だった。特に最高気温が35度を超える「猛暑日」は、35度

未満の日と比較すると、死亡件数が2.5倍にも。

高齢者は、加齢により体温調節機能・感覚機能・

体内の水分量が低下するため特に注意が必要です。

熱中症は就寝時にも発生

するため、就寝時もエアコンを適切に使用し、暑

い夏を快適かつ安全に！



足立区では地域のちからで「絆のあんしんネットワーク」

を築き、高齢者の孤立ゼロを目指す「孤立ゼロプロジェクト」を実施しています。

詳細はこちら



孤立ゼロプロジェクトのうた



孤立サインのうた



出典：東京都監察医務院「令和2～5年夏の熱中症死亡者数の状況【東京都23区（確定値）】」、気象庁  
 東京都監察医務院による熱中症死亡者のデータは6月から9月の数値  
 孤立死の定義：単身者の自宅での不自然死

# ☀️ 熱中症を防ぐために

- ☑️ 就寝時もエアコンは消さない  
エアコンの設定温度ではなく、室温28℃以下を目安に温度計などを確認して調整しましょう。
- ☑️ のどが渴いていなくてもこまめに水分補給  
入浴前後・就寝前・起床後や、1時間に1回など定期的かつこまめに水分補給しましょう。  
※ 水分の摂取量はかかりつけ医の指示に従いましょう
- ☑️ 気がかりな高齢者がいたら連絡を  
お近くの地域包括支援センター、または絆づくり担当課へご連絡ください。



## 涼み処を活用しよう

足立区には、避暑のために立ち寄れる施設「涼み処」を区内70ヶ所以上設けています。※ 令和6年12月時点  
「図書館で読書」「住区センターで仲間づくり」など、あなたのスタイルでぜひご活用ください！



### 気候変動適応対策エアコン購入費補助金

足立区には、エアコンがない高齢者などに対し、エアコン購入および設置に要する費用の補助制度があります。

※ 要事前申込。諸条件あり。詳細はホームページまたは担当にご確認ください。

#### 【エアコン購入補助金担当】

環境政策課 管理係

電話：03-3880-5935

