

クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)を指定しました

久慈市では、熱中症による健康被害の発生を防止する目的で、一時的に暑熱から避難するために市が指定した施設において、「熱中症警戒アラート及び熱中症特別警戒アラート」が発表されたときに、暑さをしのげる場所(クーリングシェルター)として開放します。

【クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)対象施設一覧】

No.	施 設	開放スペース	備 考
1	中央市民センター	展示室	月曜のみ
2	長内市民センター	託児室・託老室	祝日休館
		相談室	
		研修室	
3	小久慈市民センター	会議室	祝日休館
		研修室	
		教養文化室	
4	大川目市民センター	和室	祝日休館
5	夏井市民センター	営農研修室	祝日休館
6	宇部市民センター	会議室	祝日休館
7	侍浜市民センター	講座室	祝日休館
8	山根市民センター	図書室	祝日休館
9	元気の泉	多目的ホール	土日祝日休館
10	もぐらんぴあ	1階無料エリア	月曜休館
11	久慈市情報交流センター YOMUNOSU	1階	
12	道の駅くじ やませ土風館		
13	道の駅 いわて北三陸	休憩スペース	
14	道の駅 白樺の里やまがた	2階	
15	久慈市文化会館(アンバーホール)	ITラウンジホール、文化情報コーナー	火曜休館

※1 施設でのイベントや貸館等によっては、開放できない場合があります。

※2 開放時間は、各施設の開館時間により異なります。

※3 各施設で受入可能人数の上限があります。

詳しくは
久慈市HP
→ → →



○熱中症警戒アラート

県内の予測地点のいずれかで、暑さ指数(WBGT)が33以上になると予想された場合に、前日の17時頃と当日の5時頃にアラートが発表されます。

○熱中症特別警戒アラート

県内の予測地点のすべてで、暑さ指数(WBGT)が35以上になると予想された場合に、前日の午後2時頃にアラートが発表されます。

○環境省公式LINEアカウントからアラートを受け取れます！

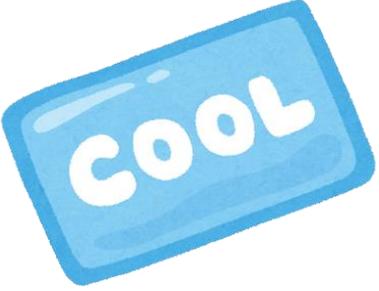
環境省では、令和2年7月31日に、LINE公式アカウント「環境省」を開設し、熱中症予防対策の情報配信を開始しています。お使いのスマートフォンなどのLINEアプリで、LINE公式アカウントを友だち追加していただくと、熱中症特別警戒アラート・熱中症警戒アラートの発表や暑さ指数の情報を受け取ることができます。

アカウント名 : 環境省
LINE ID : kankyo_jp



【 熱中症予防のために 】

～ 暑さを避ける！ ～

扇風機やエアコンで 温度をこまめに調整	遮光カーテン、ブラインド、 すだれを利用	外出時には日傘や 帽子を着用
		
天気の良い日は日陰の利用、 こまめな休憩と水分補給	吸湿性、速乾性のある 通気性のよい衣服を着用	保冷剤、氷、冷たいタオル などで、からだを冷やす
		

【 ご注意！ 】

- 暑さの感じ方は、人によって異なります
その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。
- 室内でも熱中症予防！
暑さを感じなくても室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。
- 高齢者や子ども、障害のある方は、特に注意が必要！
熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。
高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているので、注意が必要です。
また、子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので気を配る必要があります。

久慈市 保健推進課 電話：0194-61-3315

X(@kujicity_hokenn)では、休日当番医・献血情報等を配信しています！

