

熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなども影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い日や風が弱い日、体が暑さに慣れていないときは注意が必要です。

詳しくは、[千葉市 熱中症対策](#)

## 熱中症 に気をつけよう!

健康推進課(健康への影響について)  
☎245-5223 FAX245-5659  
脱炭素推進課(暑さ対策について)  
☎245-5199 FAX245-5557  
救急課(救急搬送について)  
☎202-1657 FAX202-1659

### 熱中症を予防するために

#### 暑さを避ける6つのポイント!

- エアコンなどで温度をこまめに調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 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
- 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

#### 水分・塩分の補給を忘れずに!

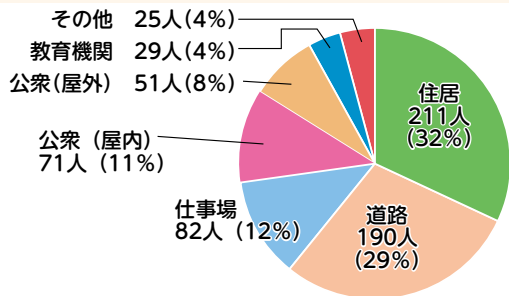
- 屋内でも屋外でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分を補給しましょう
  - 大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに
  - 入浴前後や起床後もまず水分・塩分補給を
- \* 持病がある方の水分や塩分の摂取量は、かかりつけ医の指示に従いましょう



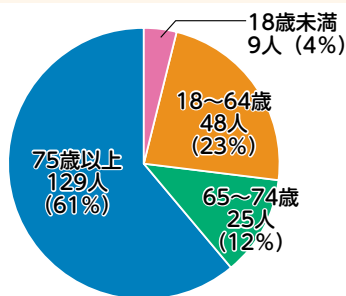
### 熱中症の救急搬送状況 (2025年5~9月調べ)

昨年市内では659人の方が熱中症で救急搬送されました。熱中症の発生場所は、住居が最も多く、全体の約3分の1を占めており、次いで道路、仕事場となっています。住居においては、65歳以上の搬送割合が約7割となっています。屋内であっても油断せず、熱中症に注意しましょう。救急車を呼ぶか迷ったら、「#7119」に電話してご相談ください。

#### 発生場所別救急搬送状況



#### 住居における搬送状況



### 熱中症警戒アラートに注意!

熱中症警戒アラート発表時には、外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう。

また、外出する際は、暑さから一時的に避難できるクールスポットをぜひご利用ください。

詳しくは、[千葉市 クールスポット](#)



## 考えよう 平和の大切さ

千葉市が戦時中、空襲で大きな被害を受けたことを知っていますか?  
1945年6月10日と7月7日、2度にわたる大空襲を受け、多くの方が犠牲となりました。戦争の悲惨さと復興への努力の記憶は、決してなくしてはならないものであり、永く後世に語り継いでいかなければなりません。平和の大切さについて改めて考えてみましょう。  
☎市民総務課 ☎245-5156 FAX245-5155

#### 千葉市デジタル平和資料館

時間や場所を問わず、いつでもご覧いただける平和資料館をホームページで公開しています【[下記](#)】コード。  
戦災資料のオブジェクトVRや市内に残る戦跡を動画などで解説するほか、空襲体験者の体験談動画、千葉空襲写真パネル展のパネル写真、子どもたちが千葉空襲などについて学べるコンテンツ、専門学校生が制作した平和啓発ショートムービーなどを掲載しています。



#### 平和アニメ上映・戦災体験講話会

平和に関するアニメ映画「つるにのって」の上映と戦災体験者によるお話の会を開催します。  
☎7月12日(日)10:00~12:00 (開場は9:45)  
☎生涯学習センター ☎小・中学生(保護者同伴可) ☎先着50人  
☎7月7日(火)17:00までに、Eメールで必要事項(15面)のほか、参加人数を明記して、市役所コールセンター☎event@callcenter-chibacity.jpへ。電話、FAXも可。  
☎市役所コールセンター ☎245-4894 FAX248-4894



#### 千葉空襲写真パネル展

千葉空襲の被害状況のほか、戦前・戦後の市民生活、戦災復興の様子、広島・長崎の被爆などに関する写真パネルを展示します。



日程	時間	会場
7/1(水)~3(金)・6(月)・7(火)	9:00~17:00	各区役所(中央区役所を除く)
7/1(水)~9(木)	8:30~20:00(最終日10:00まで)	きぼーる1階
7/10(金)~21(火)	9:00~21:00(最終日13:00まで)	生涯学習センター1階
7/22(水)~8/7(金) *土・日曜日を除く	7:00~19:00(最終日13:00まで)	市役所1階
8/8(土)~24(月)	10:00~21:00(最終日14:00まで)	イオンタウンおゆみ野1階
8/25(火)~31(月)	10:00~20:00(最終日16:00まで)	そごう千葉店地階

#### 千葉空襲を知っていますか?

6月10日の空襲では、日立航空機千葉工場(現在の中央区川崎町)などが被害を受け、死傷者391人、被災戸数415戸、被災面積26ヘクタールに及びました。7月7日の空襲(七夕空襲)では、中心市街地の大部分が焼き尽くされ、死傷者1,204人、被災戸数8,489戸、被災面積205ヘクタールに及びました。



空襲で焼け野原になった院内小学校付近(院内保育園屋上から)院内小学校所蔵

2度の空襲で、中心市街地の約7割が焼け野原になり、4万人以上の方が被災しました。

