

水を変える
暮らしを変える



連続生成型電解水素水整水器 トリム イオン ハイパー

TRIM ION HYPER

整水器は、ワンランク上の浄水機能に電気分解機能を備え「**電解水素水**」をつくる器械です。

効果・効能 / 胃腸症状の改善
管理医療機器製造販売承認番号：226AGBZX00012000

※詳細は裏面へ

本ページの広告の内容は環境省と関係ありません。

熱中症予防強化月間!!

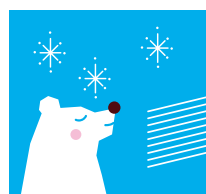


熱中症に備えよう!!

マスコットキャラクター 涼太郎

暑さに慣れる身体をつくらう!!

熱中症は、気温が高いことなどで、身体の中の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れたり、体の調整機能が正常に働かなくなることで引き起こされます。人の身体は、常に熱を作り出す一方、汗をかいたり、皮膚から熱を逃がすことで、体温の上昇を抑えています。このような体温の調節機能がうまく働かず、



熱中症予防声かけプロジェクト
マスコットキャラクター 涼太郎

体内に熱がこもり、体温が異常に上昇することで熱中症は起こります。日頃からしっかりと暑さに強い身体をつくって、熱中症に備えましょう!!

問合先

熱中症予防声かけプロジェクト事務局

<http://hitosuzumi.jp>

ひと涼み

検索

熱強新聞

熱中症予防強化新聞

2014年7月

特別号



ひと涼み

環境省
Ministry of the Environment

熱中症の要注意日は？

7月は熱中症で救急搬送される方が一番多くなります。梅雨明けは特に熱中症になりやすいので要注意!

要注意!

- ・急に暑くなった日
- ・気温の高い日、湿度の高い日
- ・風が弱い日、日差しが強い日



熱中症ってどんな症状？

熱中症は暑さが原因で起きるいろいろな不調・症状をまとめた病気です。重症になると命に関わることも…。

軽 中 重



- ・立ちくらみがする
- ・足がつった



- ・頭痛がする!
- ・吐き気がする!
- ・力が入らない!



- ・意識がない!!
- ・応答がおかしい!!
- ・まっすぐ歩けない!!

こんなときはすぐ医療機関へ!

軽い熱中症のときは、涼しいところで水分と塩分を補給をすれば大丈夫。でも、重症化サインの見落としには要注意!

要注意!

- ・意識がないとき
- ・受け答えが正常でないとき
- ・ペットボトルが開けられない、水分が口からこぼれる等、水分が自力で飲めないとき
- ・休憩しても症状が良くならないとき



環境省からのお知らせ

環境省熱中症予防情報

暑さ指数(WBGT)とは？

暑さ指数(WBGT:湿球黒球温度)とは、人間の熱のバランスに影響の大きい

気温 湿度 輻射熱

の3つを取り入れた温度の指標です。熱中症の危険度を判断する数値として、環境省では平成18年から情報提供しています。暑さ指数(WBGT)は乾球温度計、黒球温度計を使って計算されます。

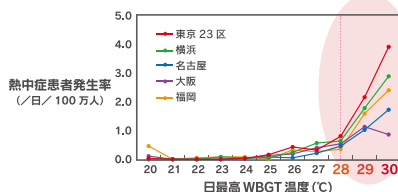
暑さ指数
(WBGT)

= 1 : 7 : 2
温度の効果 湿度の効果 輻射熱の効果



湿度が7割も占めてるんだね!

湿度が高い場所では汗が蒸発しにくいので、身体から空気へ熱を逃がす能力が減少してしまうんだ。それで熱中症になりやすくなるんだよ!



WBGT が 28°C を超えると熱中症患者発生率が急増!



今の暑さ指数(WBGT)はここから!!

熱中症サイト 検索

環境省からのお知らせ

熱中症予防声かけプロジェクトとは

みんなが少し意識を変えるだけで、熱中症被害は防げる。官民が共同で、熱中症予防を呼びかけていく国民運動、それが、「ひと涼みしよう熱中症予防声かけプロジェクト」です。



飲み物を持ち歩こう



休息をとろう



声をかけ合おう



栄養をとろう



温度に気をくばろう

<http://hitosuzumi.jp>

ひと涼み

検索



あなたの街の熱中症予防

スマホアプリ無料!!

produced by docomo

みんなて声かけする?



熱中症

検索

※アプリダウンロードには、別途バケット通信料が必要です。
※「Google」「Android」「Google Play」は、Google Inc. の商標または登録商標です。
※「App Store」は、米国および他国の Apple Inc. の登録商標です。



ひと涼み豆知識

熱中症になりにくい体づくり

体温を上昇させないよう

「水」を飲んで暑熱順化しよう!

適度に
冷やした水を

コップ
一杯程度

こまめに
補給!



立命館大学
スポーツ健康科学部
スポーツ健康科学科
准教授 後藤一成先生

「暑熱順化」とは、暑くなる前に「暑さに慣れること」です。

例えば、普段から暑いところで生活する人が寒冷地で暮らす人より暑さに強いことは経験上ご存じかと思います。

暑さに慣れている人は、カラダの熱を上手に発散できるので、疲労も少なく、「暑さに強い」と言われるのです。

ただ最近では、夏でも冷房設備の整った快適な環境で過ごすことが多いので、20～30年前と比べると日本人の暑さへの対応力は衰えているように感じます。

熱中症予防は、「これから失う水分を予測して飲む」ことが大切です。

日常生活程度であれば、通常の食事に十分塩分が含まれているので、こまめに水を飲んでいるだけで十分な対策になりますよ。

一番習慣に取り入れやすい「水」をこまめに飲む習慣をつけましょう。

最近では健康効果が期待できる水も注目されているのでカラダにいい水選ぶのもいいですね。

せっかく飲むなら、
カラダにいい水を選ぼう!



広告

株式会社日本トリム TRIM

TRIM
NIPPON TRIM CO., LTD.



整水器から作られる電解水素水の特徴

水素
たっぷり

電気分解して生成された電解水素水には抗酸化性のある水素がたっぷり含まれています。

アルカリ性

水道水や浄水は一般的に中性から酸性に近く、電解水素水はアルカリ性の水です。

ミネラル

ミネラル類が原水よりも約15～20%も増加!

カルシウム マグネシウム ナトリウム

日本トリムの整水器は、家庭用管理医療機器として認証されています。

効果・効能／胃腸症状の改善

胃もたれや胃の不快感をやわらげます。胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。

医療機器製造販売認証番号：226AGBZX00012000

※本器は薬事法第2条第4項の政令で定める医療機器であり、第6項の厚生労働大臣が指定した管理医療機器です。

日本トリムの情報は
Webで

日本トリム 検索



本ページの広告の内容は環境省と関係ありません。

WATER BIZ

とは、室内における水分補給をコミュニケーションの力で促進し、熱中症や脱水症状を予防しようというライフスタイルです。

室内での水分補給は、
熱中症対策にはとても大事!!
だけど、忘れがち...

だから、



WATER BIZ

はじめました!

こんなシーンで、
こまめな水分補給を! 油断は禁物だよ!!

家の中

会議中

職場

車の中

お酒を
飲んだ後

映画館

入浴前

カラオケ

ヨガ

その他の
室内

夏の暑さ対策には、室内でも喉が渇く前に水を飲むことが大切です。室内でのあらゆるシーンで「水分補給は大丈夫?」とみんなで声をかけ合うことは、みんなの暑さ対策になるばかりか、社会全体のコミュニケーションが豊かになります!!

さあ! 初めてみましょう。WATERBIZ!!