

三鷹市から「熱中症予防グッズ」 をお届けします!

対象

- ①75歳(令和8年12月31日時点)の単身世帯の方
→民生・児童委員の方が訪問してお渡しします。
- ②75歳以上のみの2人以上の世帯の方
→市役所から郵送します。

※特別養護老人ホームに入っている方は対象外です。
※高齢者なんでも相談センター(地域包括支援センター)が実施するイベント等でも配付します。

熱中症予防グッズ

- ① 市からのご案内(この文書)
- ② 熱中症予防シート(温度計付き)
- ③ 熱中症予防の扇子
- ④ チラシ「高齢者のための熱中症対策」
- ⑤ リーフレット「高齢者なんでも相談センター(地域包括支援センター)」



そもそも熱中症って?

暑い場所に長くいることで、体の水分や塩分のバランスが崩れ、体内に熱がこもった状態を指します。ご自身の体調の変化に気をつけて、みんなで熱中症を予防しましょう。

お問い合わせ

三鷹市 健康福祉部 高齢者支援課(電話:0422-29-9271)

※裏面もご覧ください※

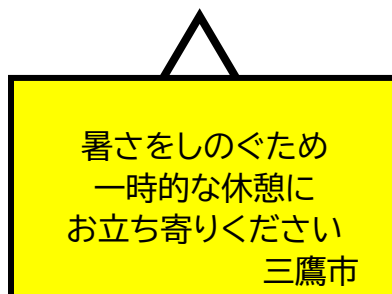
外出先では

クーリングシェルターをご利用ください

冷房のある市役所やコミュニティ・センターなどが、一時的な休憩所になります。施設の開館時間中にはぜひご利用ください。

主な施設(全施設の一覧は5月頃に市ホームページに掲載予定)

市役所 (本庁舎、第2庁舎)
元気創造プラザ
コミュニティ・センター (大沢、牟礼、井口、井の頭、新川中原、連雀、三鷹駅前)
市民協働センター
多世代交流センター(東、西) など



お問い合わせ

三鷹市 健康福祉部 健康推進課(電話:0422-24-7145)