

社説

社説を読み解く
(中学校・国語)

()中学校()年()組
氏名()

熱中症対策

熱中症対策が欠かせない季節になった。まだ体が暑さに慣れず、日中の気温が急上昇すると発症しやすい。

特に今年は、新型コロナウイルスの流行が長期化し、多くの人がマスクを着けたまま夏を過ごすことになりそうだ。例年以上に、水分の補給など予防策を徹底する必要がある。

昨シーズン(4月29日～10月6日)、熱中症で救急搬送されたのは全国で7万人を超え、1200人余が亡くなった。鹿児島県内でも1300人以上が搬送され、2人が死亡した。

鹿児島地方気象台によると、九州南部の5～7月の気温は平年並みか高いことが予想されている。外出を控える日が続いていただけに、体調の管理には十分気を付けたい。

熱中症は温度や湿度が高くなって体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、発汗や血流による体温調節ができなくなることで起きる。慣れない運動

【問1】昨年()の4月29日から10月6日の間、鹿児島県内で熱中症で救急搬送された人数と亡くなった人数を書きなさい。

搬送人数() 亡くなった人数()

【問2】熱中症は体がどうなることで起こるのですか、書きなさい。

【問3】熱中症は、どのような環境で発症しやすいですか、漢字四字で抜き出して答えなさい。()

【問4】夏場のマスク着用に必要なのはなぜですか。

【問5】新型コロナウイルス感染を予防しながら熱中症対策をしていくためにはどのようなことが必要ですか、あなたの考えを書きなさい。

マスク着用時は用心を

や長時間の屋外作業などが引き金になり、めまいや頭痛といった症状が出る悪化すれば死に至るケースもある。

風通しが悪く、高温多湿になりやすい屋内でも発症の危険がある。温度の変化に気づきにくい高齢者や、体温調節がうまく働かない小学生以下の子どもの体調には特に目を配りたい。

熱中症対策に詳しい専門家は、夏場のマスク着用には注意を促す。冷たい空気が肺に届きにくく、呼吸筋の動きが活発化して息が荒くなり、体に熱がこもりやすくなるという。

リスクを避けるには「体を冷やすこと」が重要になる。涼しい服装をして日傘や帽子で直射日光を避け、水分の小まめな補給を心掛けたい。マスク着用時の激しい運動は禁物である。

室内ではエアコンを活用し室温を調節することが大切だ。だが、窓を閉め切ったままだと部屋の空気が汚れる。桜島の降灰があっても、コロナ感染予

防のためには適宜換気が欠かせない。

要は外からウイルスを持ち込まないよう帰宅時の手洗いなど基本的な感染予防策を徹底することだ。その上で、専門家は家庭でできる予防策としてエアコン使用時も窓を少し開け、最低限の換気を確保するよう呼び掛ける。

周囲に熱中症の疑いがある人がいたら、涼しい場所に避難させて衣服を緩めて体を冷やすなど対処方法を覚えておきたい。呼び掛けに反応がないときはすぐに救急車を呼ぶ必要がある。

環境省は熱中症の危険度を示す「暑さ指数」をホームページ(Hp)で公表している。全国840地点の1時間ごとの実況値と翌々日までの3時間ごとの予測値を掲載している。

今後最高気温が30度を超える真夏日も観測されるだろう。マスクを着けるのは不快だが、コロナウイルス感染を予防しながら、こうした指数を参考に熱中症対策を怠らないようにしたい。

2020・5・14(木)

2020年5月14日付5面

*習っていない漢字とむずかしい言葉の解説 熱中症(ねつ・ちゅう・しょう) 上昇(じょう・しょう) 徹底(てつ・てい) 搬送(はん・そう)=大きな物を運び送ること 超(こ)え 控(ひか)える 湿度(しつ・ど) 崩(くず)れ 発汗(はつ・かん) 高齢者(こう・れい・しゃ) 詳(くわ)しい 促(うなが)す 荒(あら)く 避(さ)ける 涼(すず)しい 日傘(ひ・がさ) 帽子(ぼうし) 心掛(こころ・が)け 汚(よご)れる 適宜(てきぎ)=その場合にちょうどよいようす 換気(かん・き) 持(も)ち込(こ)まない 呼(よ)び掛(か)け 避難(ひ・なん) 緩(ゆる)めて 環境(かん・きょう) 実況(じつ・きょう) 掲載(けい・さい) 怠(おこた)らない



社説

熱中症対策

熱中症対策が欠かせない季節になった。まだ体が暑さに慣れず、日中の気温が急上昇すると発症しやすい。特に今年は、新型コロナウイルスの流行が長期化し、多くの人がマスクを着けたまま夏を過ごすことになりそうだ。例年以上に、水分の補給など予防策を徹底する必要がある。

昨シーズン（4月29日～10月6日）、熱中症で救急搬送されたのは全国で7万人を超え、1200人余が亡くなった。鹿児島県内でも1300人以上が搬送され、2人が死亡した。

鹿児島地方気象台によると、九州南部の5～7月の気温は平年並みか高いことが予想されている。外出を控える日が続いていただけに、体調の管理には十分気を付けたい。

熱中症は温度や湿度が高くなって体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、発汗や血流による体温調節ができなくなることで起きる。慣れない運動

熱中症対策

マスク着用時は用心を

や長時間の屋外作業などが引き金になり、めまいや頭痛といった症状が出る悪化すれば死に至るケースもある。風通しが悪く、高温多湿になりやすい屋内でも発症の危険がある。温度の変化に気づきにくい高齢者や、体温調節がうまく働かない小学生以下の子どもの体調には特に目を配りたい。

熱中症対策に詳しい専門家は、夏場のマスク着用には注意を促す。冷たい空気が肺に届きにくく、呼吸筋の動きが活発化して息が荒くなり、体に熱がこもりやすくなるという。

リスクを避けるには「体を冷やすこと」が重要になる。涼しい服装をして日傘や帽子で直射日光を避け、水分の小まめな補給を心掛けたい。マスク着用時の激しい運動は禁物である。

室内ではエアコンを活用し室温を調節することが大切だ。だが、窓を閉め切ったままだと部屋の空気が汚れる。桜島の降灰があっても、コロナ感染予防のためには適宜換気が欠かせない。要は外からウイルスを持ち込まないよう帰宅時の手洗いなど基本的な感染予防策を徹底することだ。その上で、専門家は家庭でできる予防策としてエアコン使用時も窓を少し開け、最低限の換気を確保するよう呼び掛ける。

周囲に熱中症の疑いがある人がいたら、涼しい場所に避難させて衣服を緩めて体を冷やすなど対処方法を覚えておきたい。呼び掛けに反応がないときはすぐに救急車を呼ぶ必要がある。

環境省は熱中症の危険度を示す「暑さ指数」をホームページ（HP）で公表している。全国840地点の1時間ごとの実況値と翌々日までの3時間ごとの予測値を掲載している。

今後最高気温が30度を超える真夏日も観測されるだろう。マスクを着けるのは不快だが、コロナウイルス感染を予防しながら、こうした指数を参考に熱中症対策を怠らないようにしたい。

2020・5・14(木)

2020年5月14日付5面

社説を読み解く
(中学校・国語)

()中学校()年()組
氏名()

【問1】昨年(2019年)の4月29日から10月6日の間、鹿児島県内で熱中症で救急搬送された人数と亡くなった人数を書きなさい。

搬送人数(**1300人以上**) 亡くなった人数(**2人**)

【問2】熱中症は体がどうなることで起こるのですか、書きなさい。

体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、発汗や血流による体温調節ができなくなる

【問3】熱中症は、どのような環境で発症しやすいですか、漢字四字で抜き出して答えなさい。(**高温多湿**)

【問4】夏場のマスク着用に必要なのはなぜですか。

マスクを着用することにより冷たい空気が肺に届きにくく、呼吸筋の動きが活発化して息が荒くなり、熱が体にこもりやすくなるから

【問5】新型コロナウイルス感染を予防しながら熱中症対策をしていくためにはどのようなことが必要ですか、あなたの考えを書きなさい。

*習っていない漢字とむずかしい言葉の解説 熱中症(ねつ・ちゅう・しょう) 上昇(じょう・しょう) 徹底(てつ・てい) 搬送(はん・そう)=大きな物を運び送ること 超(こ)え 控(ひか)える 湿度(しつ・ど) 崩(くず)れ 発汗(はつ・かん) 高齢者(こう・れい・しゃ) 詳(くわ)しい 促(うなが)す 荒(あら)く 避(さ)げる 涼(すず)しい 日傘(ひ・がさ) 帽子(ぼうし) 心掛(こころ・が)け 汚(よご)れる 適宜(てきぎ)=その場合にちょうどよいようす 換気(かん・き) 持(も)ち込(こ)まない 呼(よ)び掛(か)け 避難(ひ・なん) 緩(ゆる)めて 環境(かん・きょう) 実況(じつ・きょう) 掲載(けい・さい) 怠(おこた)らない

