



天草市公式LINEアカウント

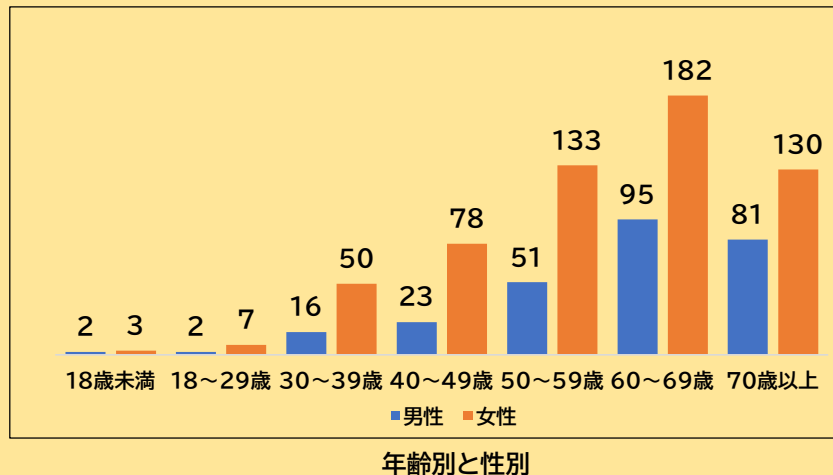
「熱中症に関するアンケート」の結果(概要)

実施期間:2026年10月1日～10月12日

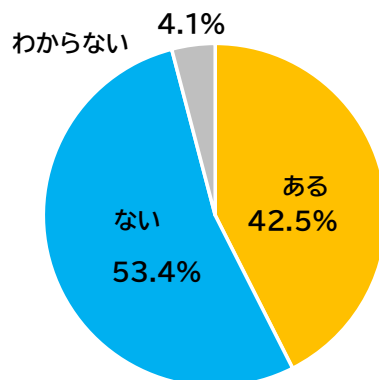


858

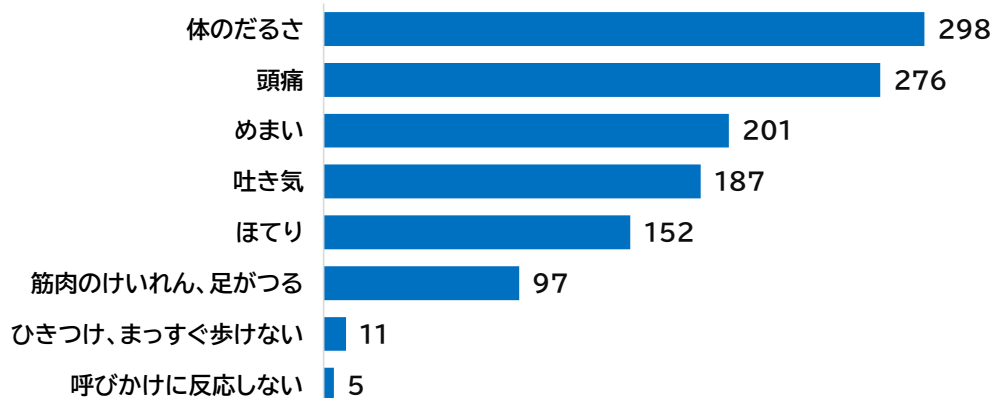
回答数



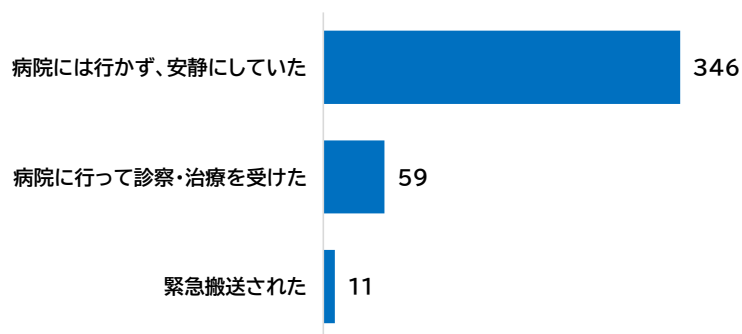
●あなたは過去に熱中症になったことがありますか？— ない・458名[53.4%]、ある・365名[42.5%]



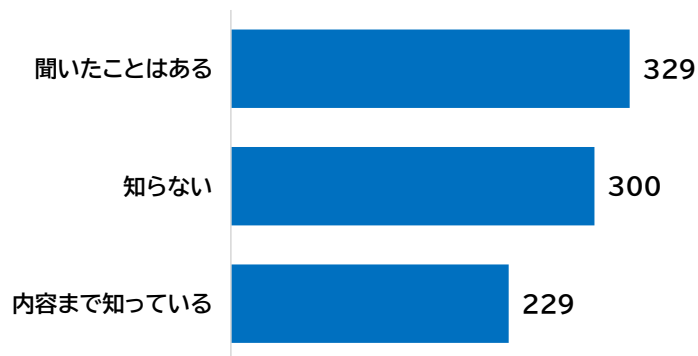
●どのような症状でしたか？(複数回答あり)



●熱中症になったときの対応はどうされましたか？

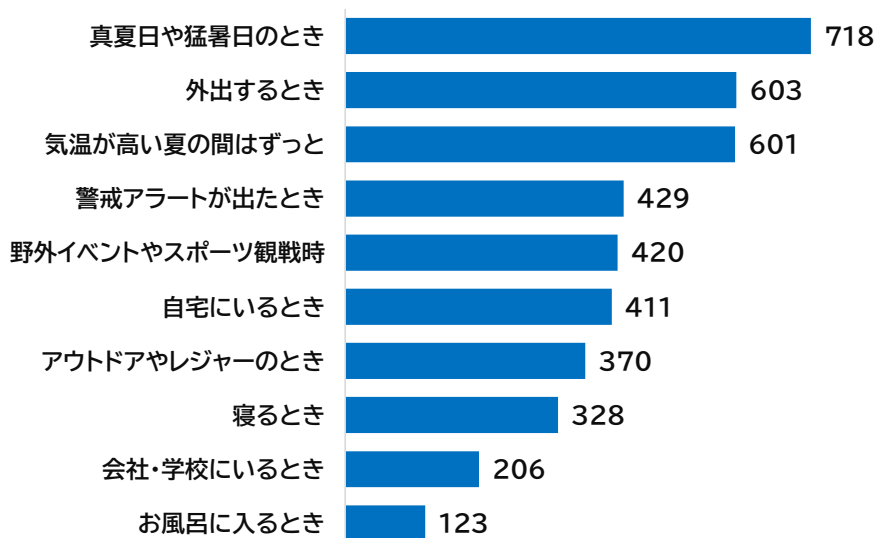


●暑熱順化(しょねつじゅんか)を知っていますか？

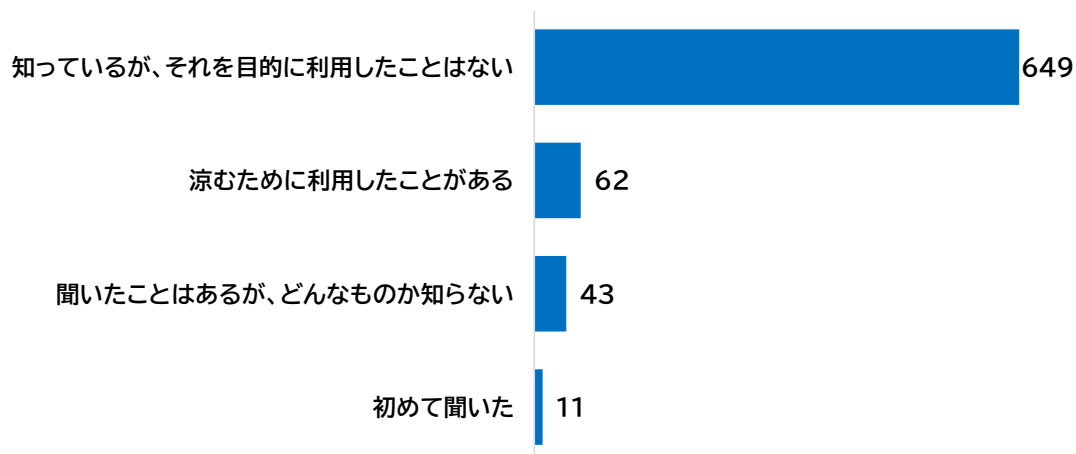


暑熱順化とは・・・
体が暑さに慣れることです。
暑い日が続くと、体は次第に暑さに慣れて、暑さに強くなります。

●どんな時に熱中症に気を付けていますか？(複数回答あり)



●熱中症対策の一時休憩所やクーリングシェルターを知っていますか？

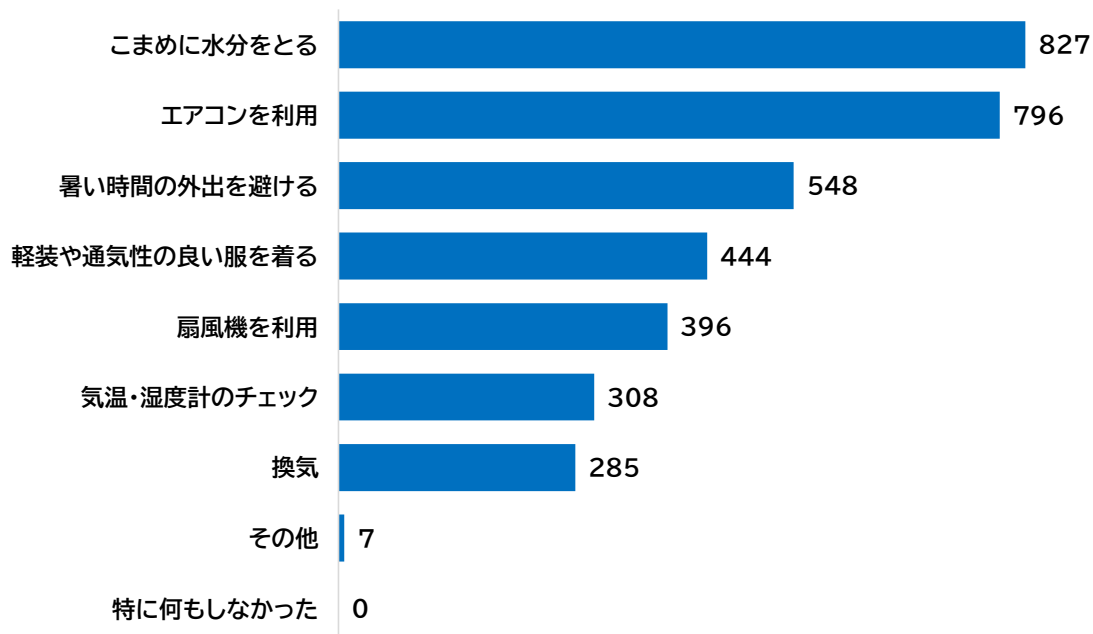


クーリングシェルターとは・・・

適当な冷房設備が備わっていること、熱中症特別警戒情報が発表されたときは、住民等に開放できること等の要件を満たす施設。

天草市内には、公共・民間施設を含めて97施設あります。(令和8年7月16日時点)

●あなたが実践している熱中症対策は何ですか？(複数回答あり)



・事前準備(事前予防)

筋肉量増加を目的とした、暑くなる前からの計画的な運動実施

・身体機能の維持・強化

体力向上および全身の血流(循環)改善

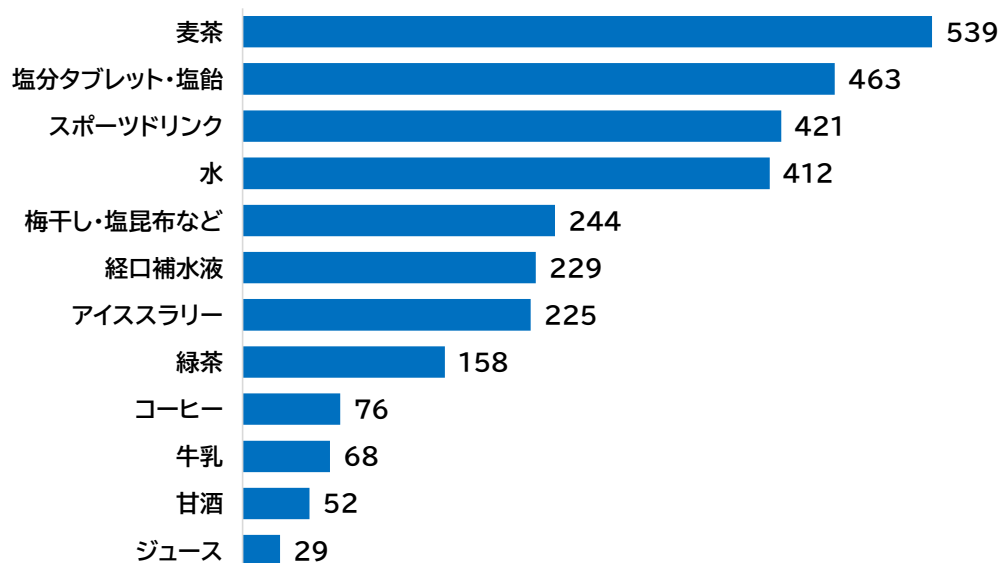
・物理的な対策

紫外線対策・目からの疲労防止のためのサングラス着用

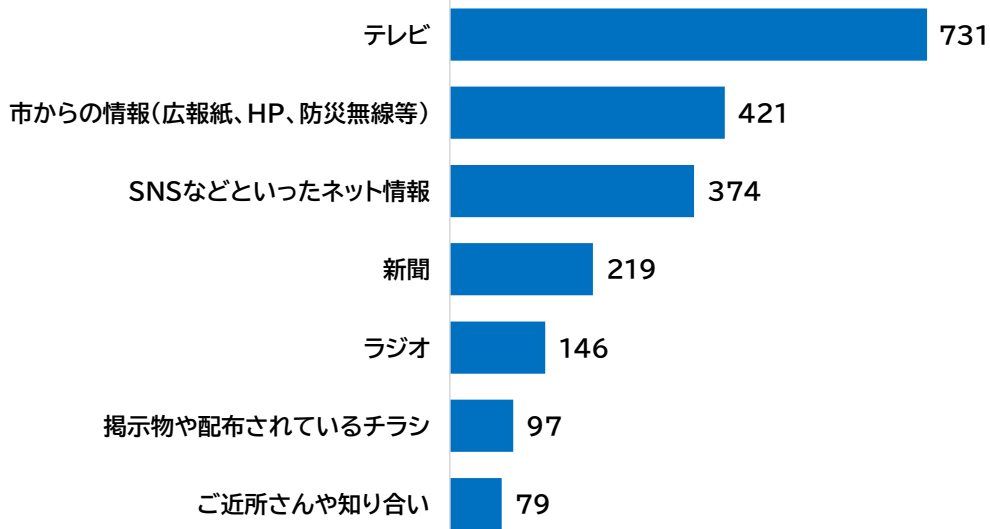
・精神面のケア

暑さに負けないための気力維持・メンタルケア

●熱中症対策でどんな飲食物をとりますか？(複数回答あり)



●熱中症対策の情報をどこから知ることが多いですか？(複数回答あり)



皆さまからいただいたご意見は、今後の施策の参考とさせていただきます。
ご協力ありがとうございました。