

# 涼しい施設を利用して熱中症予防!

# クールシェアふくおか 涼み処マップ 東区

このステッカーが目印

クールシェアふくおか

お気軽にご休憩ください



福岡市環境局



## クールシェアとは?

気温が高くなる夏の暑い時期に、ショッピングモール、公共施設等の涼しい場所を利用して熱中症予防及び省エネの促進につなげる取り組みです。



## 暑さ指数とは

暑さ指数は、人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目し、人体の熱収支に与える影響の大きい①気温 ②湿度 ③輻射熱の3つの要素を組み合わせた指標で、熱中症の発生しやすさの目安となります。

| 暑さ指数 (WBGT)     | 注意すべき生活活動の目安      | 日常生活における注意事項                                    |
|-----------------|-------------------|---|
| 危険 (31以上)       | すべての生活活動でおこる危険性   | 高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。 |
| 厳重警戒 (28以上31未満) | 中等度以上の生活活動でおこる危険性 | 外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。                      |
| 警戒 (25以上28未満)   | 中等度以上の生活活動でおこる危険性 | 運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。                   |
| 注意 (25未満)       | 強い生活活動でおこる危険性     | 一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。              |

※日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針Ver.4」(2022)より改編

## 熱中症に関するアラート

暑さ指数が非常に高く、以下の条件を満たすとき、アラートが発表されます。

| 暑さ指数                | 発表アラート       | 状況                            |
|---------------------|--------------|-------------------------------|
| 35以上 (福岡県内の全地点)     | 熱中症 特別警戒アラート | 過去に例のない危険な暑さ<br>熱中症の危険性が極めて高い |
| 33以上 (福岡県内のいずれかの地点) | 熱中症警戒アラート    | 気温が著しく高い<br>熱中症の危険性が非常に高い     |

## 熱中症とは

- ▶ 室温や気温が高い環境で、体温の調節機能が働かなくなって生じる体の不調です。
- ▶ 誰でも熱中症になる可能性があり、全国各地で死亡事故も発生しています。
- ▶ 予防法を知っていれば熱中症を防ぐことができます。
- ▶ 熱中症になっても適切な応急手当をすることで、症状を軽減することができます。

## 暑さ指数、熱中症情報を配信

ホームページ「熱中症情報」  
暑さ指数の予測情報や、熱中症の予防方法などを4月下旬頃から掲載。

福岡市 LINE 公式アカウント  
暑さ指数31以上の予測時に情報を配信。  
STEP1 QRコードを読み込み、友だち追加後、「受信情報」をタップ  
STEP2 「防災・気象情報」をタップ  
STEP3 「暑さ指数情報」を選択し、「登録」をタップ

福岡市防災メール  
暑さ指数31以上の予測時に情報を配信。  
STEP1 t-fukuoka-city@sg-p.jp へ空メール  
STEP2 返信メール記載のURLにアクセス  
STEP3 熱中症情報を「受け取る」で登録!

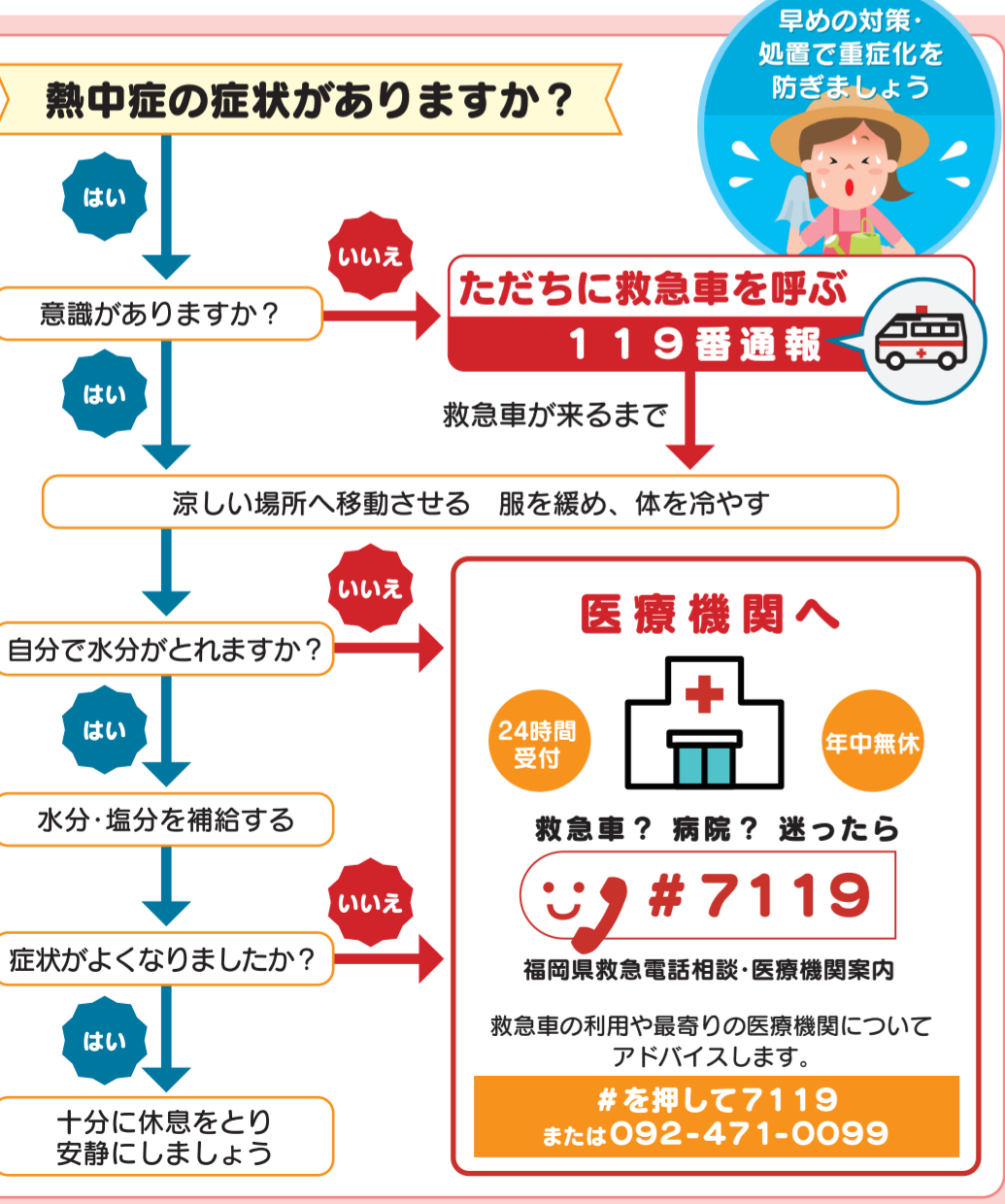
福岡市では3つの方法で暑さ指数やアラートの情報を配信しているよ。活用して熱中症を予防しよう!

エコッパ

## 東区 施設一覧 ※施設の開いている日時を確認の上ご利用ください。

| 番号 | 施設名                 | 所在地                         | TEL           | MAP  |
|----|---------------------|-----------------------------|---------------|------|
| 1  | 志賀公民館               | 東区大字志賀島736-60               | ☎092-603-6706 | C-2  |
| 2  | めぐみ調剤薬局 西戸崎店        | 東区西戸崎1丁目7-24                | ☎092-603-6001 | D-4  |
| 3  | 西戸崎公民館              | 東区西戸崎5丁目1-1                 | ☎092-603-0201 | D-3  |
| 4  | 奈多松原薬局              | 東区南の原1丁目4-6                 | ☎092-608-0600 | B-6  |
| 5  | 福神調剤薬局 奈多店          | 東区奈多1丁目10-10                | ☎092-608-2233 | B-6  |
| 6  | 奈多公民館               | 東区奈多2丁目14-2                 | ☎092-607-4697 | B-6  |
| 7  | ニック調剤薬局 塩浜店         | 東区塩浜1丁目4-20                 | ☎092-605-1600 | B-6  |
| 8  | 三吉公民館               | 東区三吉3丁目3-41                 | ☎092-606-4511 | A-6  |
| 9  | ニック調剤薬局 三吉店         | 東区三吉3丁目4-11                 | ☎092-608-2363 | A-6  |
| 10 | 東区三吉子どもプラザ          | 東区三吉5丁目1-40                 | ☎092-692-6267 | A-6  |
| 11 | 美和台公民館              | 東区美和台1丁目3-12                | ☎092-607-0294 | A-7  |
| 12 | ひまわり薬局本店漢方館         | 東区和白1丁目22-15                | ☎092-605-0002 | A-7  |
| 13 | 和白地域交流センター(コミセンわしろ) | 東区和白1丁目22-27                | ☎092-608-8480 | B-7  |
| 14 | ドラッグイレブ薬局 福工大前駅店    | 東区和白1丁目22-27                | ☎092-605-7705 | B-7  |
| 15 | さくら薬局和白店            | 東区和白2丁目1-40                 | ☎092-608-1700 | B-7  |
| 16 | 和白公民館               | 東区和白3丁目28-31                | ☎092-606-3001 | B-7  |
| 17 | ウエルシア薬局福岡和白東店       | 東区和白1丁目40-12                | ☎092-605-1300 | B-7  |
| 18 | 和白東公民館              | 東区高美台2丁目1-8                 | ☎092-607-2442 | B-7  |
| 19 | 香椎下原公民館             | 東区下原1丁目4-2                  | ☎092-682-6334 | C-8  |
| 20 | 東体育館                | 東区香住ヶ丘1丁目12-2               | ☎092-672-0301 | C-7  |
| 21 | 香住ヶ丘公民館             | 東区香住ヶ丘1丁目27-1               | ☎092-681-4704 | C-7  |
| 22 | 照葉公民館               | 東区香椎照葉2丁目2-12               | ☎092-674-3101 | C-6  |
| 23 | 照葉北公民館              | 東区香椎照葉3丁目2-1                | ☎092-410-6071 | C-6  |
| 24 | 総合体育館               | 東区香椎照葉2丁目1-1                | ☎092-410-0314 | C-6  |
| 25 | 香腰公民館               | 東区香椎浜1丁目8-7                 | ☎092-663-4485 | 拡大図A |
| 26 | 香椎浜公民館              | 東区香椎浜2丁目4-31                | ☎092-682-1697 | 拡大図A |
| 27 | ウエルシア薬局福岡香椎浜店       | 東区香椎浜2丁目8-27                | ☎092-410-7907 | 拡大図A |
| 28 | イオン香椎浜店             | 東区香椎浜3丁目12-1                | ☎092-673-6100 | 拡大図A |
| 29 | 城浜公民館               | 東区城浜西地32-2                  | ☎092-671-6181 | D-6  |
| 30 | 鳳珠堂調剤薬局             | 東区香椎駅前1丁目5-29               | ☎092-663-8286 | 拡大図A |
| 31 | 新生堂薬局東店             | 東区香椎駅前2丁目4-23香椎ビル1階         | ☎092-662-9163 | 拡大図A |
| 32 | 香椎薬業会薬局             | 東区香椎駅前2丁目10-3               | ☎092-672-6623 | 拡大図A |
| 33 | 株式会社ウッドみずほ薬局        | 東区香椎駅前2丁目10-10              | ☎092-672-3624 | 拡大図A |
| 34 | ウエルシアプラス薬局福岡香椎駅前店   | 東区香椎駅前2丁目12-29              | ☎092-410-2866 | 拡大図A |
| 35 | 香椎公民館               | 東区香椎駅前2丁目17-19              | ☎092-661-3258 | 拡大図A |
| 36 | 東区香椎子どもプラザ          | 東区香椎駅前2丁目52-1(セリアテラス西隣香椎2階) | ☎092-663-3263 | 拡大図A |
| 37 | マリア薬局               | 東区千早1丁目8-13                 | ☎092-672-1294 | 拡大図A |

## 熱中症対応フローチャート



こんな時は、ためらわずに救急車を呼びましょう!  
▶意識がない(おかしい・普段と違う)場合 ▶全身がげいれんしたり、まっすぐ歩けない場合など

## 熱中症を予防しよう

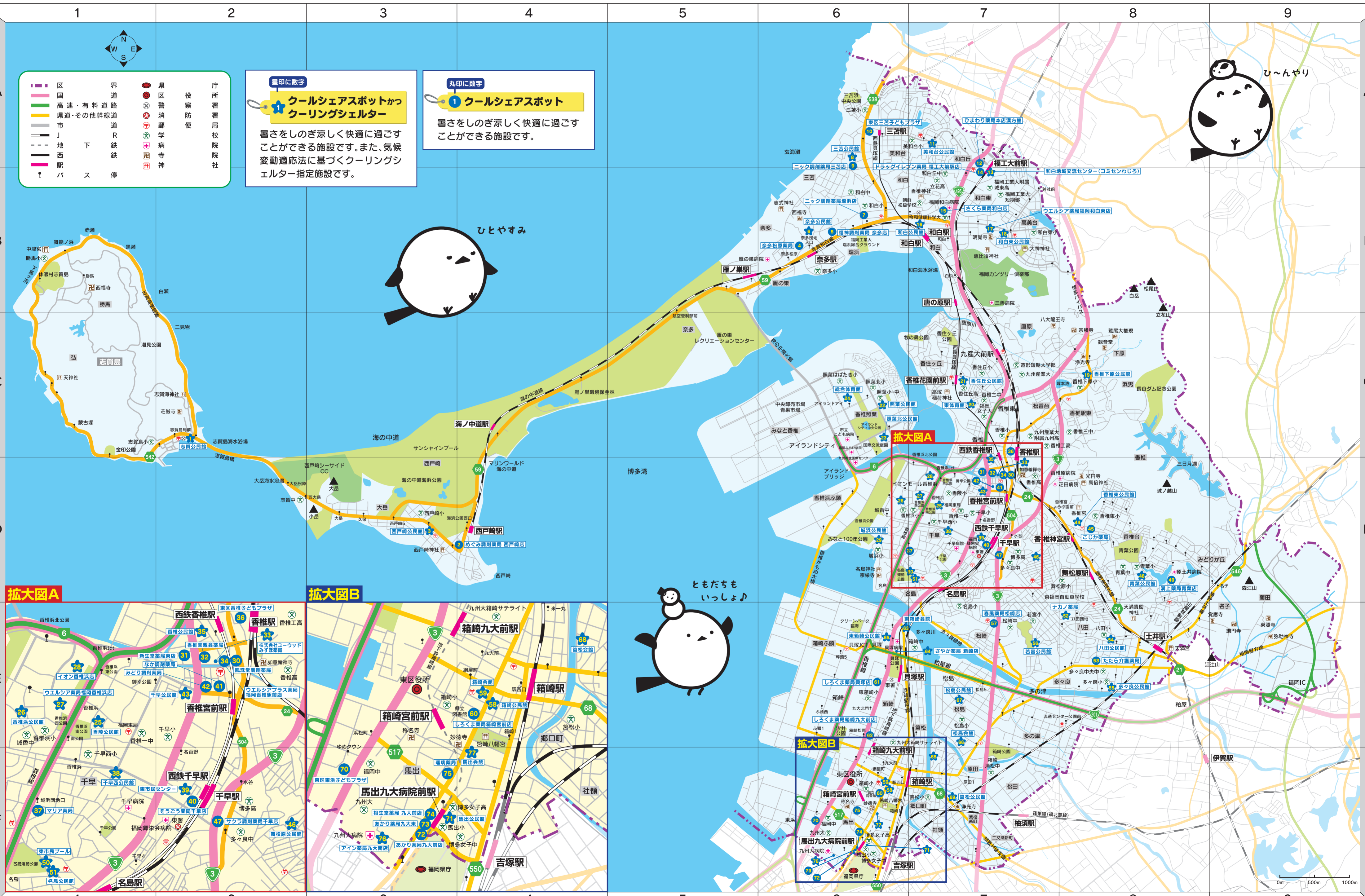
- 部屋の温度を28度以下に保つ
- エアコン・扇風機を上手に使用する
- こまめに水分を補給する (1日に1.2リットル)
- シャワーやタオルで体を冷やそう
- 涼しい服装をする 外出時には日傘、帽子を
- 涼しい場所・施設を利用する
- 暑い時は休憩する
- 部屋の風通しを良くする

涼み処を利用して、熱中症を未然に防ごう!

# クールシェアふくおか 涼み処マップ

## 東区

発行/令和6年6月



**区** 界 県 庁

区 道 道 所 署 署 局 校 院 社

国 道 高 速 ・ 有 料 道 路 警 防 役 察 防 便

県 道 ・ 其 他 幹 線 道 道 郵 学 病 寺 神

市 道 下 鉄 鉄 道 停

地 下 鉄 道 停

西 鉄 停

バ ス 停

星印に数字

**クールシェアスポットかつクーリングシェルター**

暑さをしのぎ涼しく快適に過ごすことができる施設です。また、気候変動適応法に基づくクーリングシェルター指定施設です。

丸印に数字

**クールシェアスポット**

暑さをしのぎ涼しく快適に過ごすことができる施設です。

**拡大図A**

西鉄香椎駅 香椎駅 香椎宮前駅 西鉄千早駅 千早駅 名島駅

香椎北公園 香椎南公園 香椎西公園 香椎東公園 香椎南公園 香椎西公園 香椎東公園

香椎北公民館 香椎南公民館 香椎西公民館 香椎東公民館 香椎南公民館 香椎西公民館 香椎東公民館

香椎北公民館 香椎南公民館 香椎西公民館 香椎東公民館 香椎南公民館 香椎西公民館 香椎東公民館

**拡大図B**

箱崎九大前駅 箱崎駅 箱崎宮前駅 馬出九大病院前駅 馬出駅 吉塚駅

箱崎九大前駅 箱崎駅 箱崎宮前駅 馬出九大病院前駅 馬出駅 吉塚駅

箱崎九大前駅 箱崎駅 箱崎宮前駅 馬出九大病院前駅 馬出駅 吉塚駅

箱崎九大前駅 箱崎駅 箱崎宮前駅 馬出九大病院前駅 馬出駅 吉塚駅

0m 500m 1000m