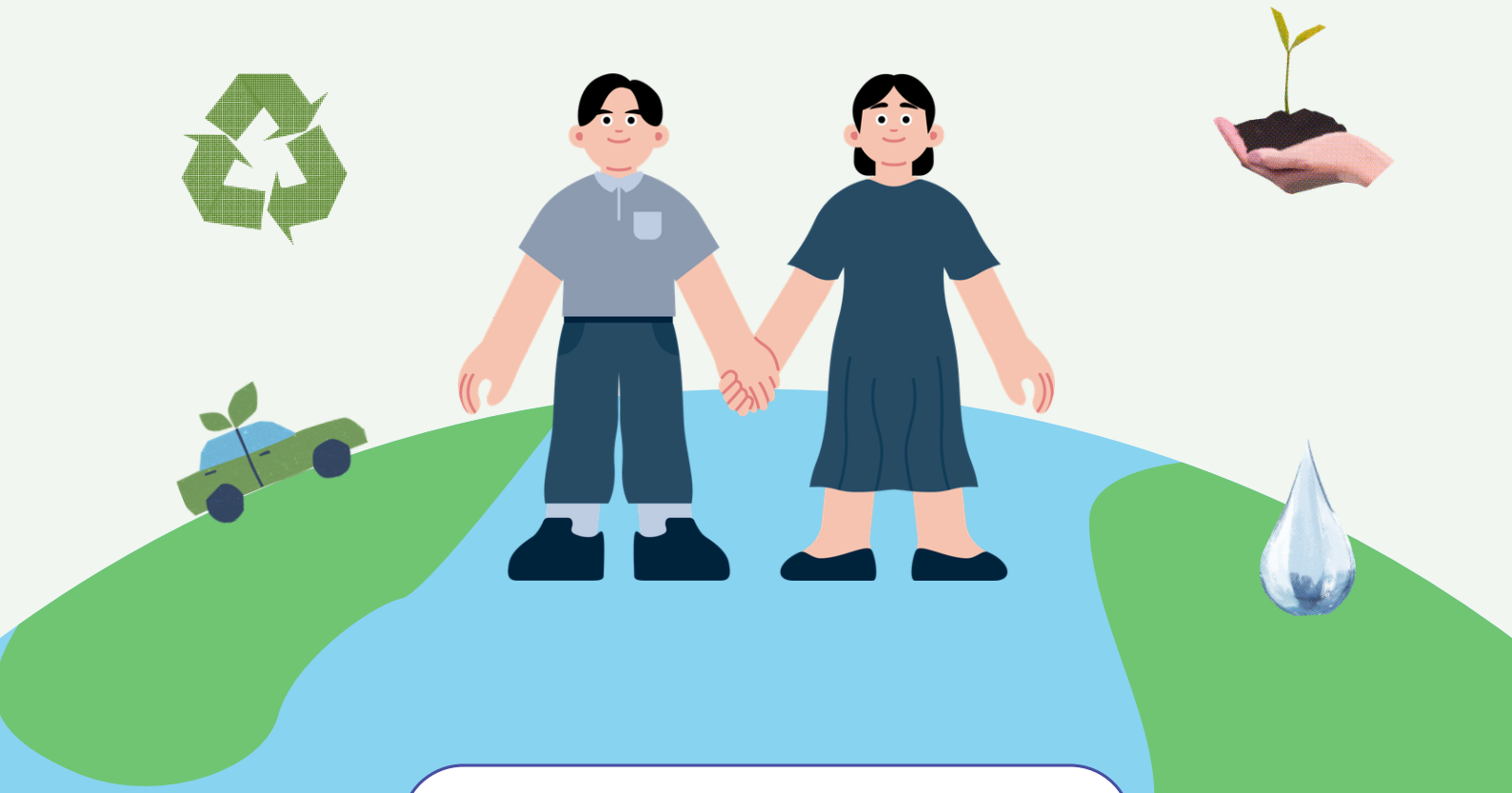
ゼロカーボンCITYKITA通信



今、自分たちにできること

デコ活
くらしの中のエコろがけ

Zero carbon city
Kita ▸▸ 2050

北区環境ポータルサイト

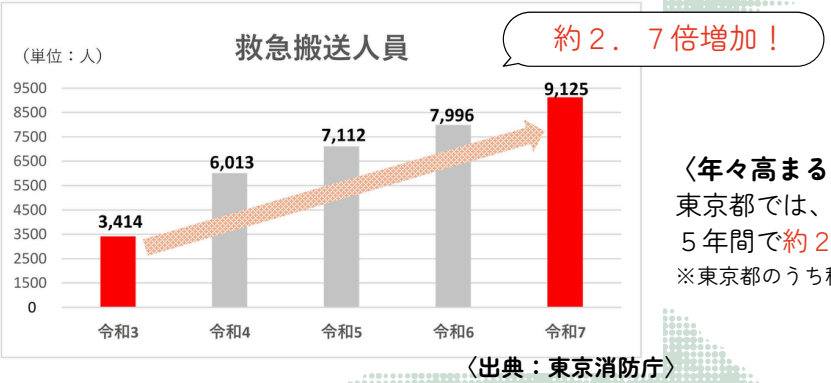
発行　東京都北区　環境部
刊行物登録番号　８－３－０３５

https://www.kankyoportal.city.kita.lg.jp
03-3908-8603

暑さを避けて、熱中症を予防しましょう

この夏は「涼みどころ」でひと休み

年々暑さが厳しくなる中、熱中症への備えがますます大切になっています。
暑いと感じたら無理をせず、涼しい場所で休憩することが熱中症予防につながります。



〈出典：東京消防庁〉

〈年々高まる熱中症のリスク〉
東京都では、熱中症による救急搬送者が５年間で約２．７倍に増加しています。
※東京都のうち稲城市と島しょ地区を除く地域

●北区では「涼みどころ」を開設しています！

区内105か所に「涼みどころ」を開設しています。
買い物や散歩の途中など、暑さを感じた際に、
冷房の効いた施設でどなたでも気軽に休憩できます。
また、熱中症特別警戒アラート発表時には、
一部施設を除きクーリングシェルターとして開放します。

〈涼みどころ開設期間〉
６月１日～９月３０日まで（民間施設・区内薬局は１０月３１日まで）

●あなたの近くの「涼みどころ」を探してみよう！

環境情報マップでは、現在開設している「涼みどころ」を地図で確認できます。

〈環境情報マップ〉

自宅の近くや駅の周辺、
おでかけ先の「涼みどころ」
を探してみよう！

「涼みどころ」と「クーリングシェルター」の違い

涼みどころ ・・・・・・・ 暑い日に気軽に立ち寄って休憩できる場所
クーリングシェルター・・ 熱中症特別警戒アラート発表時に開放される指定施設

気軽に利用できる「涼みどころ」

「少し暑いな」と感じたら、無理をせず、「涼みどころ」をぜひご利用ください。
※施設運営に支障が出ないよう、管理者の案内にご協力ください。

●区内の「涼みどころ」はどんな場所？

冷房の効いた室内で、どなたでも休憩できます。
買い物や散歩、通勤・通学の途中など、お気軽にご利用ください。

北とぴあの「涼みどころ」

滝野川会館の「涼みどころ」

●民間施設の「涼みどころ」

公共施設だけでなく、民間施設にもご協力いただき、地域全体で熱中症対策に取り組んでいます。

- ✅赤羽中央総合病院
- ✅イオンスタイル赤羽
- ✅区内薬局　５５店
- ✅荒川知水資料館 amoa
- ✅イトーヨーカドー 赤羽店

熱中症を防ぐために

- 💧 のどが渇く前に水分補給
- 👒 帽子・日傘を活用
- 👕 涼しい服装を選ぶ
- 🌳 日陰や涼しい場所でこまめに休憩

暑い日は無理をせず、近くの「涼みどころ」でひと休み。
この夏も、熱中症を予防し、安全・快適に過ごしましょう。

今、自分たちにできること

みなさんの「エコ」

大募集！

check me

https://logoform.jp/form/VNHo/948234

普段のちょっとした行動でも大歓迎です。

お待ちしております♪