

# 気をつけよう!ヒートショック

## そもそも ヒートショックとは何?!

冬場の暖房が効いた部屋から寒い廊下やトイレに行く時“ブルブルッ!”とふるえませんか??

それは室温の急激な変化から体温調節する為に、筋肉を震わせて熱を作っているのです。

更に高齢の方や持病をお持ちの方は、身体が対応しきれず、

失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こす事を言います。

家庭で亡くなる高齢者のうち、4人のうち1人の死因はヒートショックなのです!!



さむいっ!

### 入浴中に急死する高齢者数—冬場は夏場の11倍!

### 主な原因是浴室等の温度低下による「ヒートショック」

東京都健康長寿医療センター研究所が行った調査では、2011年の1年間で、全国で約17,000人もの人々がヒートショックに関連した「入浴中急死」に至ったと推計されました。この死亡者数は、交通事故による死亡者数の3倍をはるかに超え、そのうち高齢者は14,000人と大多数を占めています。



## ヒートショックを防ぐポイント!

### 1 浴室の断熱改修

他には「脱衣所、トイレへの暖房器具の設置や断熱改修」「シャワーを活用したお湯はり」「夕食前・日没前の入浴」「湯温設定41°C以下」「一人での入浴を控える」「食事直後・飲酒時の入浴を控える」などが挙げられています。

### 新しい浴室で温度差を減らそう!

TOTO SAZANAシリーズ

魔法びん浴槽  
4時間経っても  
温かい

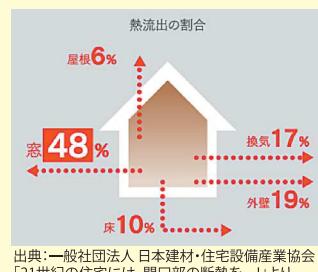
直接座っても  
あったかい



### 2 住居内の温度管理によるヒートショック予防

### 内窓をつけて居室の温度UP!

今ある窓の内側にもう一つ窓をとりつけます。



※参考情報: 東京都健康長寿医療センター研究所WEBサイトより

※掲載のイラストはイメージです。

あんなことやこんなこと、不便に感じていることどんなことでもご相談ください!  
住宅のこまつたを「よかったです」に。住宅のトラブル解消します。

#### トイレ

- 便器の水漏れ
- タンクの水漏れ
- トイレのつまり
- ウォシュレットの修理・取替

#### 浴室

- 蛇口の水漏れ
- 浴槽の水漏れ
- 浴室排水のつまり
- タイルのひび割れ
- タイルの修理

#### キッチン

- 蛇口の水漏れ
- 排水のつまり
- コンロの修理・取替
- 食洗機の修理・取替
- 換気扇の修理・取替

#### 洗面

- 蛇口の水漏れ
- 蛇口の交換
- 排水のつまり

#### 内まわり

- 窓ガラスの修理・交換
- ドアの修理・交換
- クロスの補修・張替
- フローリングの補修・張替
- クロスの補修・張替
- クッションフロアの修理／張替

#### 外まわり

- 下水管のつまり・排水管の洗浄
- 給水管・給湯管の修理・工事
- 蛇口・散水栓の水漏れ・取替
- ポンプの故障・取替
- 雨水管のつまり・排水管の洗浄
- ガスの配管修理
- 下水管の切替工事
- 溝のつまり・交換
- 外壁の修理・塗装工事
- 屋根の修理・塗装工事
- しろあり駆除工事



株式会社 永澤住宅設備

☎0745-83-2266

永澤住宅設備

http://www.nagasaki-reform.jp/

