



テーマ

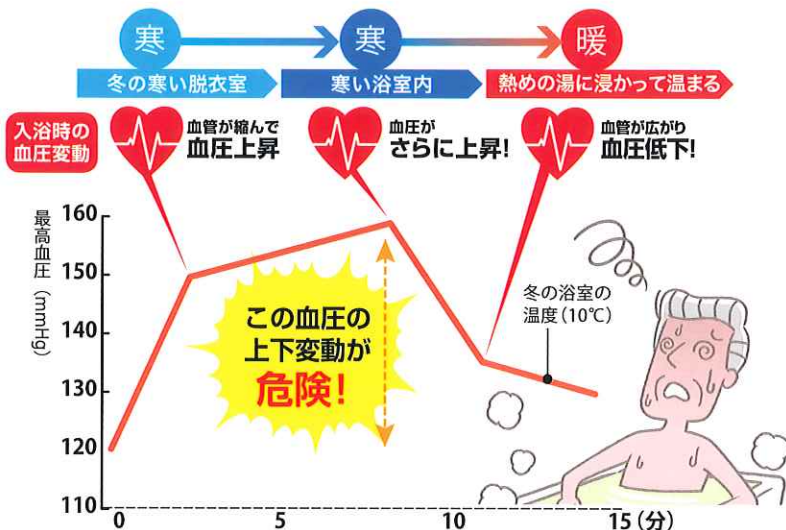
「窓」から考える

# 冬のヒートショック対策

お風呂に入る前  
脱衣室や浴室が  
寒~い!



血圧の変化のイメージ ※出所: 栃原 裕 九州芸術工科大学 (現:九州大学芸術工学研究院)



暖房のきいたリビングから冷えきった脱衣室や浴室にいたり、夜中暖かい布団から出て寒いトイレにいたり。このような部屋間の急激な温度変化は体への負担が大きく、ヒートショックが起きる可能性も。ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧が上下に変動すること。脳卒中や心筋梗塞の要因となり、さらにそれらが原因で転倒や浴槽内での溺死という事故を引き起こす危険があるため冬場は特に注意が必要です。

ヒートショック関連で入浴中に亡くなられる方は、**交通事故のなんと4倍**



浴室やトイレは北側に設置されていることも多く、冬場の冷え込みによるヒートショックが起きやすいといわれています。実際に、ヒートショック関連で入浴中に亡くなられる方は年間約19,000人もいると推計され、交通事故死亡者数の約4倍強にもものぼります。ヒートショックは部屋間に温度差があることが原因のため、窓の断熱などでヒートショックのリスクを未然に抑えることが肝心です。

※1 出典:平成29年(2017年)1月25日 消費者庁ニュースリリース「冬季に多発する高齢者の入浴中の事故にご注意ください」  
警察庁「平成25年中の交通事故死者数について」 入浴中の死亡者数の出典と同年度の交通事故死者数を使用

おすすめの対策は裏面へ!