



看護師流、命を守るエアコンの使い方

熱中症、屋内死亡率9割。

- ・ 2013年～2023年熱中症で死亡した事例1450例のうち**屋内発生約1,300例**
 - ・ **屋内死亡例の約16.4%がエアコンを適切に使いこなせていない。**
 - ・ **44.9%はエアコンがオフ。**
 - ・ **29.4%はエアコンの設置なし。**
 - ・ **6.5%はエアコンが設置されていた。**
 - ・ **屋内死亡例（サウナや勤務中を除く）では60歳以上の一人暮らしが60.1%。**
- 東京都内の調査（東京大学橋本英樹教授、東京都監察医務院の林紀乃院長ら）

【エアコンの適切でない使用例】

- ・ リモコンの電池が切れていて使えなかった。送風口がほこりでつまっていた。
- ・ リモコンが「暖房」送風モードや掃除モードのまま。
- ・ エアコンをつけていたが、電気毛布を使っていた。

寄せられた声

- ・ 78歳の友人がエアコンも扇風機もないっていうけど、大丈夫かしら？
- ・ 一人暮らしの高齢の父が、電気代が気になるとエアコンを使いたがらない。
- ・ 朝、高齢の母がめまいと痙攣で救急車で搬送！夜中に冷えすぎる、電気代がもったいないとエアコンをオフにしていた。

ゆきえの提案！

- ✓ リモコンの電池交換やフィルター掃除
- ✓ 冷房・除湿モードの設定確認
- ✓ 家族や知人による訪問と使い方の確認
高齢者の「使えている」を信用しないで！
直接訪問して確認してください。
- ✓ リモートでエアコンの作動を確認
(ゆきえ実行中))
- ✓ 近隣での声掛け、地域の支え合いの体制。
民生委員・ナースで直接確認！
- ✓ 危険な暑さ、エアコンは命を守る必需品
適切な使用をお願いします。



【プロフィール】

五香在住、看護師10年、大学教授
16年 防災士、両親の介護6年
看護の書籍多数

【目指していること】

看護の力で暮らしを守る！
コミュニティナースの松戸での導入

登録をお願いします。

