

知っておきたい保険のはなし

猫劇場

～まだまだ必要！熱中症に警戒を！編～



今年は異常な暑さが問題になっているわよね。
皆さん、熱中症対策していますか？最近は秋がどんどん短くなっているの。
まだまだ暑さは続きますよ。



沸騰化の時代とか言われてるわよね。
どんどん暑い期間が長くなってってる気がするし…やんなっちゃう。



熱中症は、めまいや吐き気、立ちくらみ等の症状があるの。
さらに進むと、手足がつつたり、急に力が入らなくなったり。
重症化した場合は、けいれんが起きたり、最悪の場合は意識を失って
命を落とすことも…!!



最近の夏は長い！しかも「人を殺す暑さ」なの！これ、よく覚えとか
ないよね。9月になれば秋、はもう昔の話。甘く見ちゃいけないのや！



熱中症になった患者さんのうち、半数以上は65歳以上の高齢者。
高齢者は暑さやのどの渇きを感じにくくなっているの。
さらに！からだの調整機能も低下してきちゃうお年頃だから、余計に
熱中症になりやすい状態に…。こまめに水分をとったり、暑いところに
居続けないようにしたり。意識して注意することが必要ね。あとは、
周りの人が声掛けをしてあげることも大切。



冷房は我慢しなきゃいけない、とか思ってんなら大間違い！
それ、絶対ダメよー？確かにね、電気代、高いんだけどね…んもう！
これどこに文句言ったらいいのかしら。まあ、でもね。命が一番大事だ
からね。ちょっと頑張って他で節約して、まだまだ冷房はちゃんと使っ
てほしいのよ。熱中症になっちゃったら、医療費だってかかるからね。

じゅじゅ
寿寿
しっかり者の
お姉さん猫



はっば
わがまま、
気まぐれな
妹猫

知っておいたら役に立つ保険
の知識。でも、難しくてよく
分からない…。そんな保険の
おはなしを、寿寿とはっばが
分かりやすく解説します。

監修/アストのほけん



熱中症対策のポイント

室内

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれを利用
- ・室温をこまめに確認

屋外

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出を
できるだけ控える

からだの蓄熱を避ける

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、
スポーツドリンクなどを補給する



熱中症で入院や通院をした場合も、通常の病気と同じように健康保険が
適用されるわよ。実際にかかった医療費の一部負担（1割～3割）で済
むってこと。もちろん、高額療養費制度も使えるの。
高額療養費制度は、医療機関や薬局窓口で払った額が1か月間で上限を
超えた場合は、超えた分が戻ってくる制度。上限は年齢や所得によって
違うけれど、医療費の自己負担が一定の範囲内に収まるのは安心よね。



まだまだ暑さは続くわよ～。
熱中症リスクの高い人、お外や暑い場所での活動やお仕事をしてる人は、
特に注意!!! しっかり熱中症対策して過ごしてや!