

## 厳しい暑さから命を守る すぐにできる熱中症対策

今年の夏も厳しい暑さが予想されており、熱中症のリスクが高まっています。気温や湿度が非常に高く、過去に例のない**命に関わる危険な暑さ**が予想される場合、**熱中症特別警戒アラート**が発表されます。

このアラートは、防災情報Eメールや市のウェブページなどでお知らせします。アラートが発表された際は、外出をできるだけ控えるなど、危険な暑さから身を守る行動をお願いします。



詳しくはこちら

### ⚠️ 特に注意が必要な人

- 高齢者**
  - 暑さやのどの渇きを感じにくくなる
  - 体内の水分量が少なくなる
- 子ども**
  - 地面からの距離が近く、大人より熱の影響を受けやすい
  - 体に熱がこもりやすい

### 熱中症にならないために

- のどが渇く前にこまめな水分・塩分補給を
- 外出時は暑い時間帯を避け、風通しの良い服装で
- 厳しい暑さが続くときは積極的に冷房を利用



### クールシェアスポットを活用しよう！

市内の協力施設や公共施設を、冷房の効いた涼しい「クールシェアスポット」として、気軽に利用できます。クールシェアスポットは、ウェブページから見るができます。



問合せ 脱炭素・GREEN×EXPO推進局脱炭素マネジメント課 ☎045-671-4884 📠045-663-5110

公式マスコットキャラクター トゥンクトゥンク

# 横浜市出展 ボランティアを募集中！

計**1,000人**

【募集期間】  
7月1日(水)~8月14日(金)

応募はこちら

横浜グリーンエキスポの会場内にある、地球にやさしい暮らしや環境との関わりを体感できる横浜市出展エリアを、一緒に盛り上げる仲間を募集しています。

**①プログラム運営補助** 募集▶約700人

脱炭素技術や生物多様性などを体験するさまざまなプログラムの運営補助等を行います。

**②ツアーガイド** 募集▶約100人

草花の魅力や生き物との共生について来場者にわかりやすく案内します。

**③フィールドづくり** 募集▶約200人

花や緑の育成・管理等を行います。

横浜市出展ボランティア問合せセンター ☎0120-598-548 (月~金曜10時~17時<祝・休日を除く>)

**秋元真夏さんも着用！** ▶ **植物をイメージしたユニフォーム**

横浜市出展ボランティアのユニフォームは、植物由来の素材を使用して制作し、着用後は回収・堆肥化する、環境に配慮した取組です。環境にやさしい社会の実現に向けて活動する若者を支援する、グリーン・キャプテンの秋元真夏さんが、イベントでツアーガイド用のユニフォームを着用し、ボランティアへの参加を呼びかけました。

ユニフォームを着用した秋元真夏さん▶

問合せ 脱炭素・GREEN×EXPO推進局GREEN×EXPO推進課 ☎045-671-4627 📠045-212-1223

**5,000円相当の**  
**ヨコハマ生活応援クーポンの**  
**申込みは7月31日まで**

**締切間近!**

6月10日時点で未申込者のいる世帯には、6月下旬に申込勧奨はがきを送付しています。

スマホを持っていない人で、商品券を申し込みたい場合は、コールセンターでも受付可能です。「案内はがき」を見ながら問い合わせてください。

詳しくはこちら

問合せ ヨコハマ生活応援クーポンコールセンター ☎0570-045-456 (月~金曜9時~17時<祝・休日を除く>) 📠050-3588-8362