

武蔵野安心・安全ニュース No.71

～防犯・消費者被害・福祉情報をお届けします～ 令和8年4月20日発行

発行／編集：武蔵野市健康福祉部高齢者支援課・防災安全部安全対策課・消費生活センター

令和7年中、武蔵野市内で火災が発生
2名の方が亡くなりました。

令和7年中、東京消防庁管内において住宅火災による死者は75人発生しました。

そのうち高齢者が8割を占めています。

1 もしもの火災に備えて 住宅用火災警報器の作動を確認しましょう。

住宅用火災警報器は火災を早期に発見し、あなたと家族の大切な命を守るものです。

- 設置場所は 全ての居室・台所・階段です
- 性能維持のため、ほこりなどを掃除しましょう
- ボタンを押すか、ひもを引いて定期的な点検をしましょう
- 設置年月や製造年、取扱説明書等により本体の交換時期を確認しましょう



2 近年、急増！取扱い要注意 リチウムイオン電池関連火災！！

⚠️ このようなときは危険！
CHECK!

- 熱のこもりやすい場所で使用している
- 膨らみ、変形している
- 過去に落下させたことがある
- 充電中や使用中に発熱することがある
- 充電できないなどの不具合がある

リチウムイオン電池
搭載製品の出火危険
東京消防庁公式HP

火災事例検索
はこちら



【問い合わせ】 東京消防庁武蔵野消防署 地域防災担当 ☎0422-51-0119 (代表)



熱中症予防は「4、5月」から！

急に暑くなる4、5月は熱中症になりやすくなります。早期から熱中症予防に取り組みましょう！

熱中症予防×早期対応の6カ条

1 日頃から体調を整える

- ・食事と十分な睡眠をとりましょう。1日3食、特に肉や魚、卵などのたんぱく質をとり栄養をつけましょう。

2 暑さに備えた身体づくり

- ・暑熱順化（しょねつじゅんか）と言って体が暑さに慣れ、暑さに強くなるのが大切です。そのためには、無理のない範囲で、身体を動かし適度に汗をかく習慣をつけましょう。

3 のどが渴く前に、こまめな水分補給

- ・1日あたり1.2リットルが目安です(コップ6～8杯程度)。
- ・大量に汗をかいたら、塩分もとりましょう。



4 暑さ対策を忘れずに

- ・急に暑くなった日や活動の初日、湿度の高い日は特に注意し、暑い時間帯の外出は避けましょう。
- ・服装の調節、日傘、帽子を上手に使用しましょう。

5 エアコンを上手に使おう

- ・高齢者の熱中症の約4割が自宅で発症しています。家の中でも対策が必要です。
- ・室内に温湿度計を置き、室温28℃を超えないようにエアコンや扇風機を上手に使いましょう。

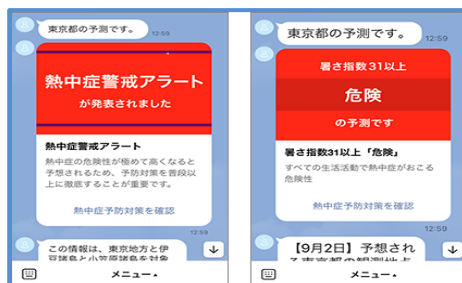
6 「暑さ指数 (WBGT)」を確認しましょう

- ・熱中症を未然に防ぐため、気温だけでなく、湿度や日差し・輻射(ふくしゃ)、風の要素をもとに算出する、高温環境の判断基準として「暑さ指数(WBGT)」があります。最高気温だけでなく、暑さ指数を参考にすることで、熱中症予防の情報をよりの確に得られるため、特に労働や運動時の熱中症予防に用いられています。
- ・暑さ指数を参考に熱中症の危険性が高い時には活動を控えましょう。
- ・毎日の暑さ指数については、環境省のホームページ「熱中症予防情報サイト」や、公式 X(旧ツイッター)、環境 LINE 公式アカウントなどから確認できます。

※令和8年度の暑さ指数は、4月22日(水)午後2時から情報提供開始予定です。



▲熱中症予防情報ホームページ
画面イメージ



▲環境省公式LINE画面イメージ
友だち追加すると情報を受け取れます



▲熱中症予防情報サイト
QRコード

【お問い合わせ】

*高齢者支援課 相談支援係

☎0422-60-1846

《ニュースに関するお問い合わせ》 武蔵野市 健康福祉部 高齢者支援課
〒180-8777 武蔵野市緑町2-2-28 電話：60-1846 FAX：51-9218