

熱中症や脱水症の発症リスクを評価しましょう

温感蒸散度計 HS-C 01

高齢者など身体的弱者の脱水症や熱中症が社会問題化しています。熱中症に対する個々の身体的なリスクを事前に把握し、熱中症の重症化を予防するための評価機器です。暑熱下におけるスポーツや屋外での労働時の事前チェックなど幅広い分野で、簡便に使用できる健康管理・評価機器です。

温感度が鈍く蒸散度が低い→熱中症や脱水症になりやすい

温感度が鋭く蒸散度が高い→熱中症や脱水症になりにくい

脈拍数が多い→脱水症傾向にあり、熱中症や脱水症になりやすい

フェイススケール



1

良好

2

普通

3

気を付ける

4

やや危険

5

危険

監修 谷口 英喜 先生

済生会横浜市東部病院

患者支援センター長 / 栄養部部长

教えて！かくれ脱水委員会 副委員長



日本製 特許登録済

温感蒸散度計 HS-C01 の特徴

【操作が簡単な折り畳み式】

- ・手のひらを上に向けてはさむだけで簡単に測定することができます。
- ・操作はスタートとストップを押すだけ。
- ・測定時間は 60 秒
- ・測定結果はわかりやすくフェイススケールで表示されます



【三項目同時測定】

■ 温度

暑さに対して、敏感か、鈍感か

■ 蒸散度

汗をかきやすいか、かきにくい

■ 脈拍数

酸欠の有無、体温上昇

- ・空調の効いた室内で安静にした状態で測定を行ってください。

(高温多湿な場所での使用には適していません)

熱中症や脱水症における子供と高齢者の特徴

子供の特徴

地面の照り返しにより、高い温度にさらされる

汗腺などが未熟

体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすい

保護者の方へ

- 👉 お子さんの様子を十分に観察しましょう！
- 👉 遊びの最中には、水分補給や休憩を！
- 👉 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに！
- 👉 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう！

高齢者の特徴

のどの渇きを感じにくい

暑さを感じにくい

汗をかきにくい

体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自覚がないのに熱中症になる危険がある

熱中症にならないために

- 👉 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！
- 👉 のどが渇かなくても水分補給！
- 👉 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう！

出典：「熱中症対策リーフレット」(消防庁) (http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9_2.html) の一部を抜粋したものです。