

熱中症の怖さ

日置市立土橋中学校 三年

まつお 光 朔

今年も、暑い日が続いている。こんな日が続いていると心配になるのが熱中症だ。総務省消防庁によると去年、五月から九月に熱中症で救急搬送された人は九一四六七人で前年度と比べると二〇四八〇人増加している。夏の時期になると熱中症に関するニュースが毎日のように報道されている。僕は、それらのニュースを見ていて自分たちはしっかり予防しているから大丈夫だろうと思っていた。あの出来事が起こるまでは。

ある休日のことだった。僕は試験を受けるために家族と一緒に外出していた。試験会場に向かうとき、渋滞に巻き込まれて、時間がかかってしまったので、試験会場に母と一緒に走って向かった。時間内に着き、無事試験は終わった。その後、父のスーツを買うためにショッピングセンターに向かった。父のスーツを買い、次はどうしようかなと歩いていた時だった。

「ちよつと気分が悪いかも。」

と母が言った。僕は、疲れているからかな。今日暑かったからかな。と思っていた直後に母がその場に倒れてしまったのだ。僕は、急な出来事に頭が真っ白になった。

「どうすれば・・・」

と思っていたら近くにいた人たちがすぐに駆けつけてくれた。後から気づいたが、多分その人は医療従事者なのだろう。すぐに脈をはかり、意識があることを確認してくれた。

その後自分のものであるろう水筒の水を母にくれた。また、店員さんが、様子を見に駆け寄ってきた。そのころには、母も意識が回復し、僕たちは、助けてくださった人に何かお礼にと名前を聞こうとしたが、その人たちは店員さんに後を任せ、どこかに行ってしまった。僕はその人たちの一連の行動をみてとてもカッコいいなと思った。すっかり母も元気を取り戻して、僕たちは飲み物を再び買って家へ帰った。

熱中症は誰もがなる可能性がある。しかし熱中症への予防方法を知っていれば防ぐことが出来る。水分をこまめにとる、塩分を適度にとる、丈夫な体をつくるなどだ。また、暑さに体を慣らすことでも予防できる。

もし熱中症になった時や近くの人になった

時には、まず、意識があるかどうかを確認し、なかつたら救急車を呼ぶ。次に、涼しい場所に避難して体を冷やす。体を冷やす時には、首まわりや、脇のあたりを冷やすようにする。そして、水分をとるようにすることがいいそうだ。

今回の事が起こるまで、僕の近くで熱中症になった人を見たことがなかった。自分たちは大丈夫だと思っていたかもしれない。母がなったことにより、今までより熱中症に気を付けようと思うようになった。自分は大丈夫だと思うのではなく、いつも気を付けておくことが大事ということを改めて感じた。