

# 翔裕館、2025年も熱中症対策を強化 “冷や汁”など食事からも水分が摂れるように工夫も

「共に生きる」をスローガンに、全国56地域で高齢者介護施設「翔裕館」を運営する株式会社サンガジャパン（本社：埼玉県さいたま市）は、本格的な夏を迎える前から熱中症対策を強化しています。

## ■背景：5万人の高齢者が、熱中症で救急搬送

2024年5月から9月までの熱中症による救急搬送者数は9万7578人、過去最多となりました。そのうち6割近く、55,966人（57.4%）が65歳以上の高齢者※1。また熱中症の発生場所は「住宅」が最多で、全体の約4割を占めました。2025年の夏も平均気温は高い見込みと気象庁が発表、昨年並みの猛暑となる可能性※2があります。 ※1：総務省消防庁報道資料より ※2：気象庁予報より

## ■強化策：高齢者が熱中症になりやすい理由「水分不足」を、食事からも

高齢者は若年者に比べて、熱中症になりやすい傾向にあります。これは、体内の水分量が少ないこと、体温調節機能が低下していることなど、いくつかの要因が複合的に作用するためですが特に「水分不足」は、熱中症リスクを高めてしまいます。

そこで翔裕館では、日々の食事を工夫。水分の多い夏野菜を多く使うなど、水分を摂りつつ体温を下げるメニューを提供。

特に昼食は、10種類から選べるレストラン方式で「食べる楽しみ」を演出することで食欲を刺激。彩りの良い盛り付けも工夫して、完食率を上げています。

中でも「冷やし中華」「冷や汁」は夏の人気メニューです。

（東京都・しゃくじい台翔裕館 施設長 山地成）



## ■高齢者を守るために。介護施設「翔裕館」での、その他の熱中症予防対策

- ①空調管理：翔裕館では、室温28℃以下・湿度60%を目安に空調管理しています。
- ②水分摂取：のどが渇いていなくても、1時間にコップ1杯程度の水分を摂っていただいています。
- ③衣服：夏でも厚着を好まれる方もいらっしゃいますが、汗ばんでいたり、体温が高いようでしたら「少し暑いようなので、涼しい服に着替えましょうか」などとお声がけしています。
- ④お声がけ：何となく元気がない、普段よりも静かにされている、ぼんやりされているといった様子の変化を初期熱中症の兆候としてチェックしています。
- ⑤お食事量：食欲不振も熱中症の初期兆候のため、普段よりも少なくなかないか？を確認しています。
- ⑥体調確認：熱中症の兆候が何も見受けられなくても、朝夕に体調を確認しています。体重測定、尿量の確認を行い脱水症状がないか（短期的に体重が落ちていたり、濃縮尿になっていて水分がとれていないか）をチェックします。

■翔裕館について

全国56拠点※にて有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅・グループホーム・デイサービス・ショートステイ・訪問介護・小規模多機能居宅介護・居宅介護支援などの高齢者向け介護サービスを提供。

※2024年4月現在

- ・運営会社：株式会社サンガジャパン
- ・所在地：秋田県、宮城県、東京都、埼玉県、千葉県、静岡県、愛知県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県
- ・公式HP：<https://sangajapan.jp/>

「翔裕館」では、“ご利用者を元気にする”企画の立案と実施について、介護の現場を最も熟知している施設職員らに大きな裁量をゆだねることで、施設ごとの自由な発想・ユニークな取り組みを実現しています。

■ビデオ会議・電話・メールでの取材も可能です。

翔裕館各施設および株式会社サンガジャパンでは、メディアからの取材もお受けしております。対面の他、メール・ビデオ会議・お電話等の取材にも柔軟に対応しております。

※新型コロナウイルス感染状況によっては、施設での取材が難しい場合がある旨、予めご了承ください。



＜本件に関する報道関係者の方からのお問い合わせ・取材依頼＞  
株式会社サンガジャパンPR事務局（株式会社メディクルード内）  
TEL:03-5770-5277 /MAIL: info@sanga-kaigo.co.jp