

# 男性が熱中症で死亡

令和2年8月27日（木）、虻田郡倶知安町の羊蹄山（標高1,898メートル）に日帰りの予定で入山した男性が、比羅夫コースを下山中、登山道の2合目付近で体調不良を訴え、搬送先の病院で亡くなりました。

当日は、30度以上に気温が上がり、男性のリュックの中には空のペットボトルが2本しかなく、原因は、熱中症によるものと診断されています。

今年の春先は、新型コロナウイルス感染症対策で外出自粛となりましたが、7月に外出自粛が緩和されると登山者も増えはじめ、疲労や、それに伴う発病による遭難が多発しております。



熱中症を予防するためには、

- 登山前に水分を摂ること
- こまめに早めの水分補給をすること
- 十分な水分を携行すること
- エネルギー源となる糖質も適宜補給すること

などがあります。

通気性の良い服を選び、体調の変化には十分気をつけて、無理をせず安全な登山を心がけましょう。