

令和4年4月11日

報道機関 各位

エコノミークラス症候群を防ごう！

～熊本地震から6年 日常生活でできる予防法～

日時：令和4年4月15日(金)10:00～11:00

場所：日本赤十字社東京都支部（副都心線・都営大江戸線東新宿駅）

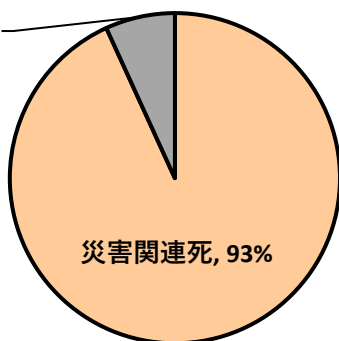
日本赤十字社東京都支部では、熊本地震から6年をむかえるこのたび、同地震で特徴的であった災害関連死の原因にもなる「エコノミークラス症候群」にあらためて焦点をあて、その予防法についての講習を実施します。災害時だけでなく、日常生活でもできる運動なども体験していただきます。

2016年4月14日～16日にかけて発生した熊本地震では、18万人を超える方々が避難し、死者も255人（うち関連死は205人）にもなっています。亡くなられた方の多くは、車中泊など体を動かさないことも要因の一つとなる「エコノミークラス症候群」などの災害関連死であるといわれています（平成30年1月23日まで）。

講習では、実際に現地で支援を行った当社職員を目を通した被災地の様子や「エコノミークラス症候群」を予防するために避難所や自宅で簡単にできるマッサージや体操を紹介します。

長引くコロナ禍で体を動かさなくなり体力低下が心配される中、1人でも多くの方にお伝えいただきたく、ご取材をよろしくお願いいたします。

直接死, 7%



□ 災害関連死

□ 直接死

熊本地震の死者における災害関連死の割合



みんなでクロス体操（イメージ）

プログラム

第一部（10時～）熊本地震の振り返り

熊本地震発生時に、現地で支援を行った当社職員が、当時を振り返り、災害の状況、避難所での生活のようすや避難者の声などを語ります。被災者目線でのためになる情報もお伝えします。

第二部（10時20分～）

エコノミークラス症候群を予防するには

- ・エコノミークラス症候群とは？
- ・予防するには、水分と足を動かすことが大切
- ・「クロス体操♡ももたろうdeリズム体操」

■ お問い合わせ・取材申し込み先 ■ 日本赤十字社東京都支部 企画課 下谷・三原・島田

電話：03-5273-6747 E-mail：kikaku@tokyo.jrc.or.jp