



環境省

---

# 熱中症対策

## ～近年の傾向と対策のポイント～

---

令和7年6月17日

環境省 大臣官房環境保健部企画課熱中症対策室

# 熱中症対策のポイント

- ◆ 近年（特に直近5年間）、気温は急激に高くなっている
- ◆ 熱中症による死亡者は、毎年1000人を超えている
- ◆ 熱中症は、死亡する病気（病態）である  
一方で、防ぐ・予防することが可能な病気（病態）である
- ◆ 暑さ指数（WBGT値）を確認し、特に熱中症警戒アラートや熱中症特別警戒アラートが発表されている際には、屋外での諸活動などに主催者は十分配慮する必要がある
- ◆ 環境省他関連府省庁の情報源の活用を

# 近年の日本の暑さの状況

# 気候変動対策：緩和と適応は車の両輪

**緩和**：気候変動の原因となる**温室効果ガスの排出削減対策**

**適応**：既に生じている、あるいは、将来予測される**気候変動の影響による被害の回避・軽減対策**

## 温室効果ガスの増加

化石燃料使用による  
二酸化炭素の排出など

## 気候変動

気温上昇（**地球温暖化**）  
降雨パターンの変化  
海面上昇など

## 気候変動の影響

生活、社会、経済  
自然環境への影響

## 緩和

温室効果ガスの  
排出を削減する

地球温暖化対策推進法

## 適応

被害を回避・  
軽減する

気候変動適応法

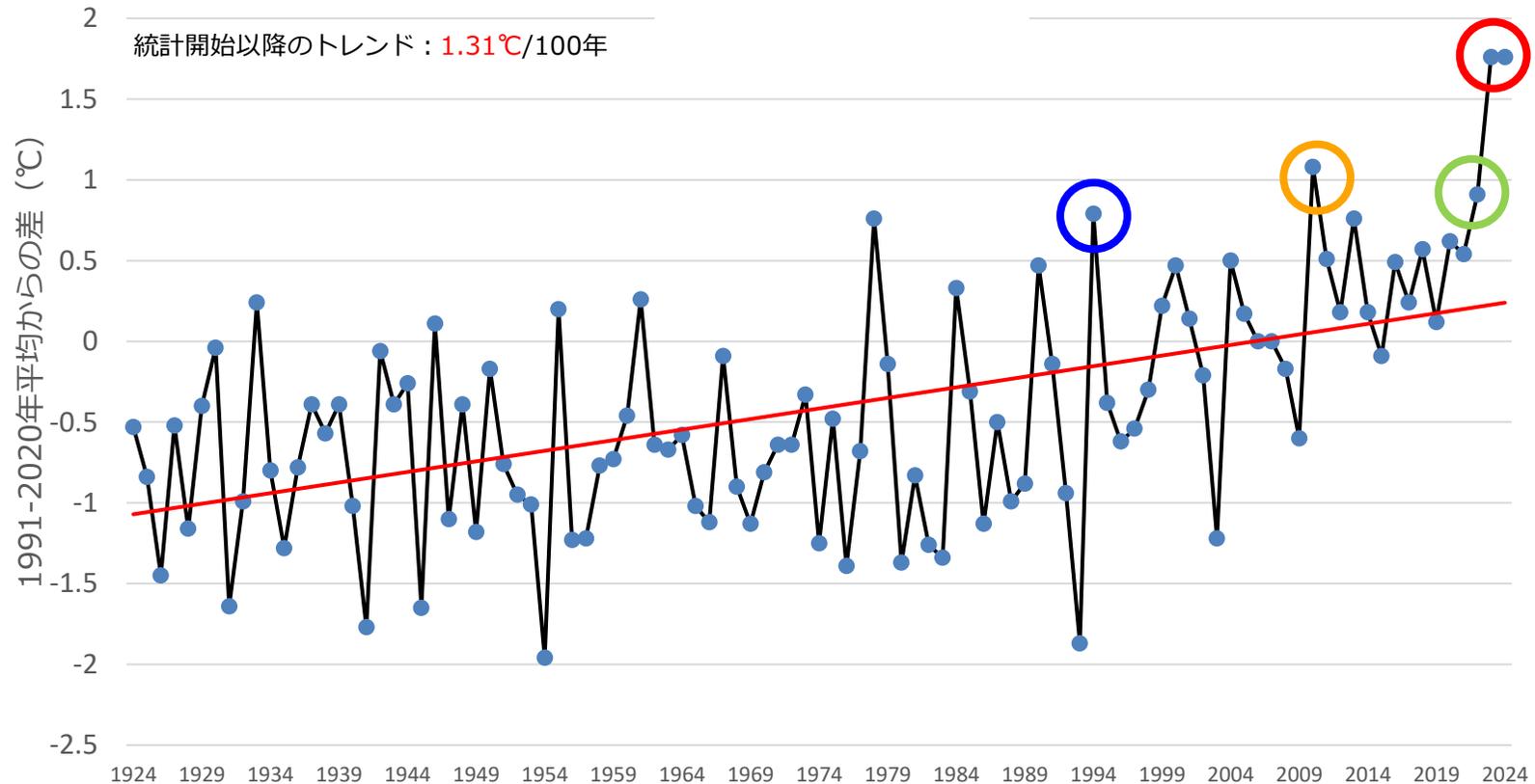
# 地球温暖化に伴い、日本の夏の平均気温が上昇

- ◆国内における夏（6～8月）の平均気温は**100年当たり1.31℃の割合で上昇**
- ◆1998年の統計開始以降、**2024年は2023年と並び観測史上最も“暑い夏”**

【夏の平均気温が基準値より高い年（1～5位）】

1位：2024年・2023年（+1.76℃）、3位：2010年（+1.08℃）、4位：2022年（+0.91℃）、5位：1994年（+0.79℃）

### 日本の夏平均気温偏差



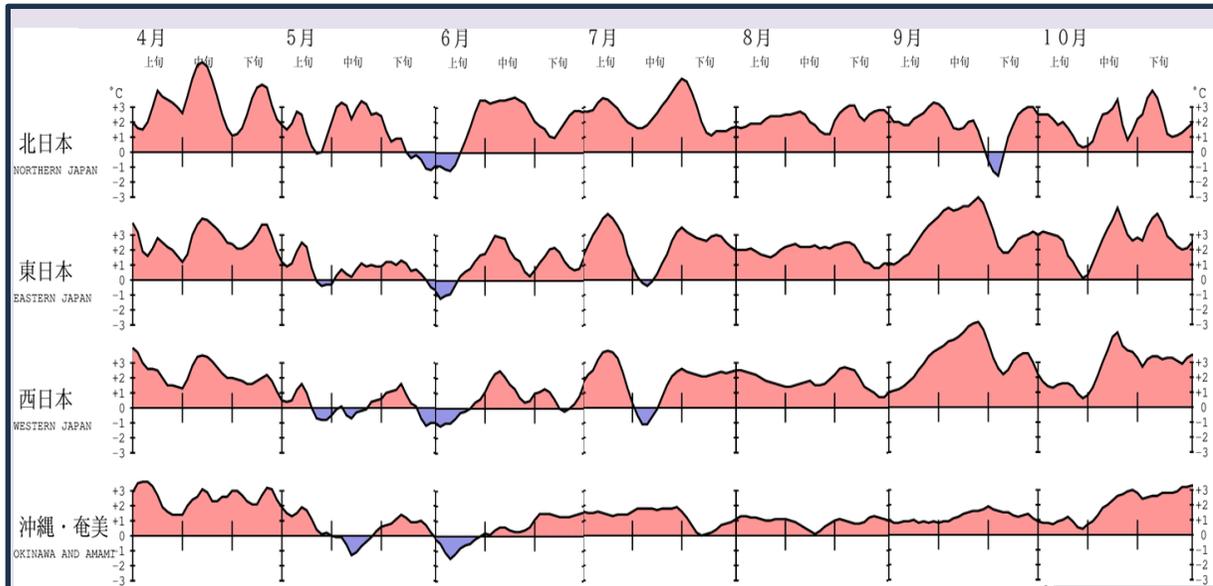
細線（黒）：各年の平均気温の基準値からの偏差、直線（赤）：長期変化傾向。基準値は1991～2020年の30年平均値。

出典：気象庁 日本の年平均気温を基に環境省が作成

- 全国的に気温の高い日が多かった。
- 特に、**夏（6～8月）の平均気温**は夏として**西日本と沖縄・奄美では1位、東日本では1位タイの高温**となった。 ※気象庁報道発表資料より [https://www.jma.go.jp/jma/press/2409/02a/betten\\_natsu.pdf](https://www.jma.go.jp/jma/press/2409/02a/betten_natsu.pdf)

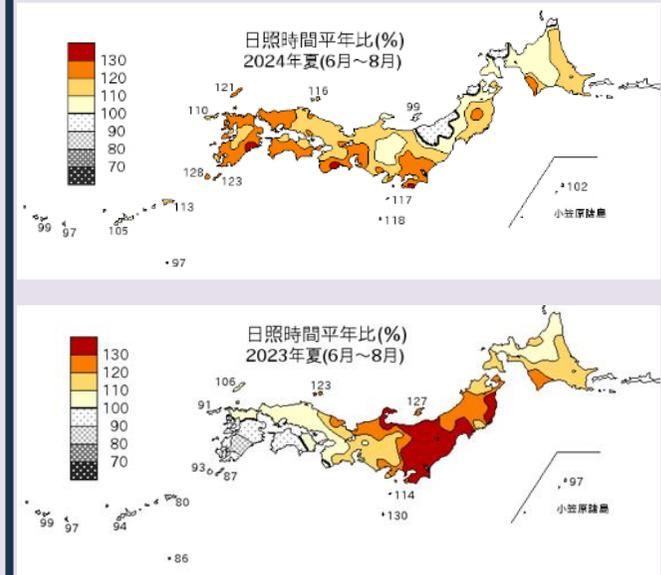
図は気象庁ホームページより

## 令和6年 地域平均気温平年差の経過



- 全国153の気象台等のうち、三宅島、八丈島、父島および南大東島を除いた149地点での観測値を用いる。
- 北日本：北海道、東北地方
- 東日本：関東甲信、北陸、東海地方
- 西日本：近畿、中国、四国、九州北部地方、九州南部

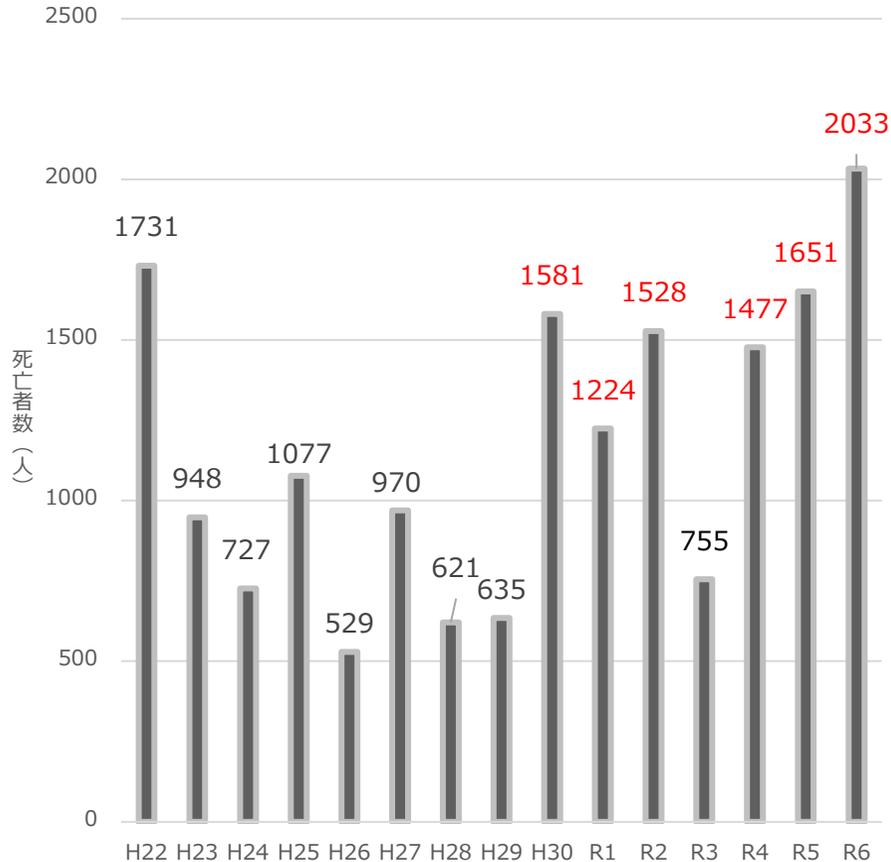
## 夏（6～8月）の日照時間平年差 (上図：令和6年、下図：令和5年)



**東海地方以西は、今年（令和6年）は平年より日照時間が顕著に多かった。**

## 熱中症による死亡者の年次推移

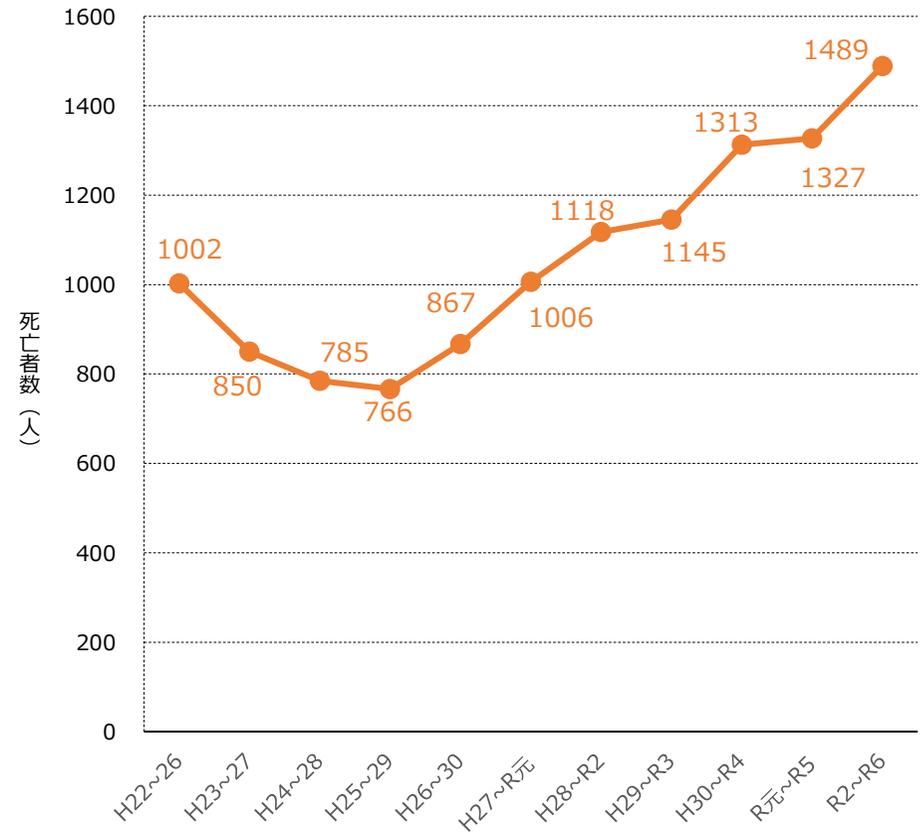
平成30年以降、令和3年を除いて**1,000人を超えている**



出典：厚生労働省人口動態統計 (<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/81-1.html>)  
令和6年の死亡者数にあつては概数（6月から9月）

## 熱中症による死亡者（5年移動平均）の状況

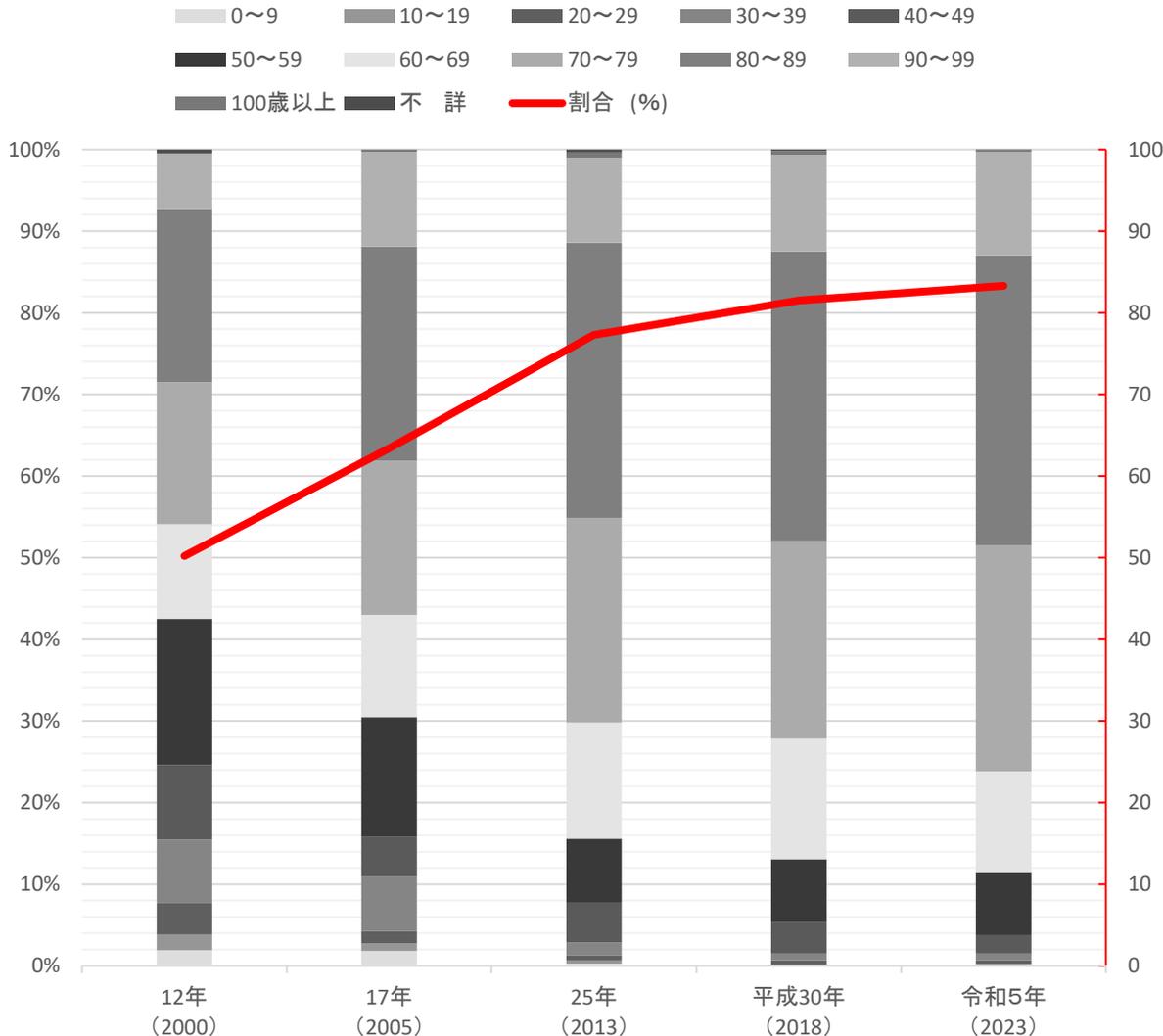
近年の死亡者数（5年移動平均）は、**1,000人を超えている**



出典：厚生労働省 人口動態統計より環境省作成  
令和6年の死亡者数にあつては概数（令和6年6月から9月）

# 熱中症のうち高齢者が占める割合

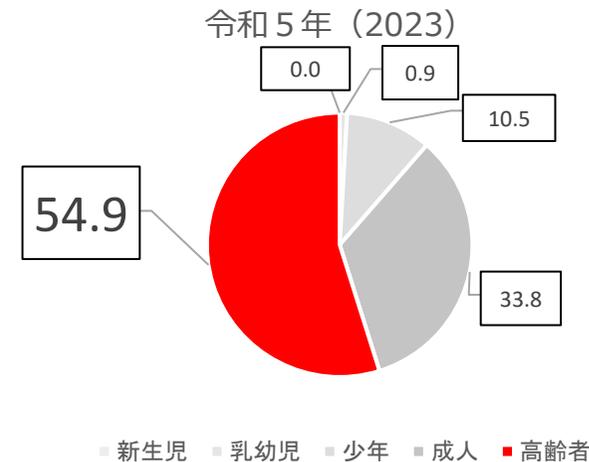
年代別の熱中症死亡者数と  
高齢者（65歳以上）が占める割合



熱中症死亡者のうち  
高齢者（65歳以上）の占める  
割合は、上昇しており、**全体  
の8割超となっている**  
(2023年**83%**)。

(参考)  
熱中症救急搬送者のうち  
高齢者の占める割合 **54.9%**

(参考) 年代別の熱中症救急搬送者の割合



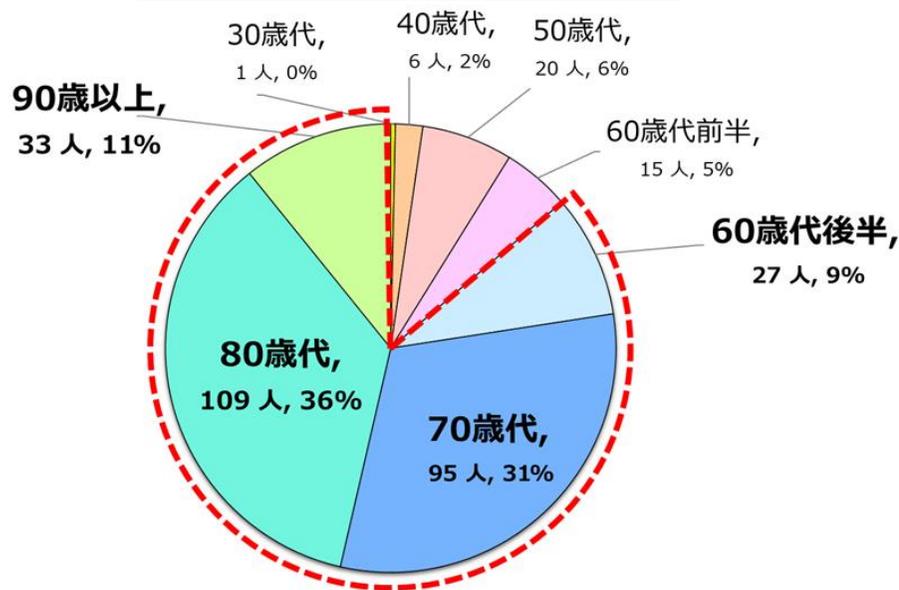
左：厚生労働省人口動態統計（令和6年9月17日）を元に環境省が作成  
上：総務省消防庁報道発表資料（令和5年10月27日）を元に環境省が作成

## 東京都23区における熱中症死亡者306人の死体検案結果

死亡者（306人）のうち

- ・ **8割以上は高齢者（65歳以上）**

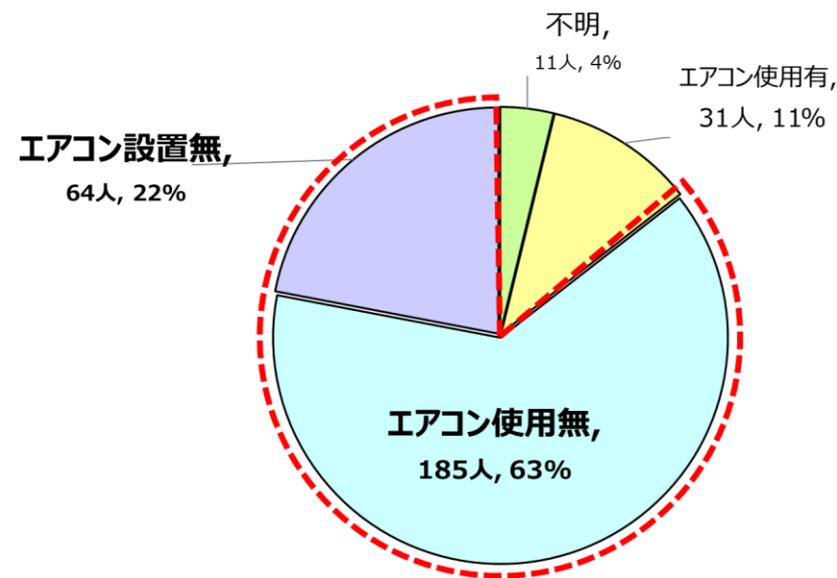
### 死亡者の年齢



屋内での死亡者（291人）のうち

- ・ **8割以上がエアコン不使用等**

### エアコン有無・使用状況



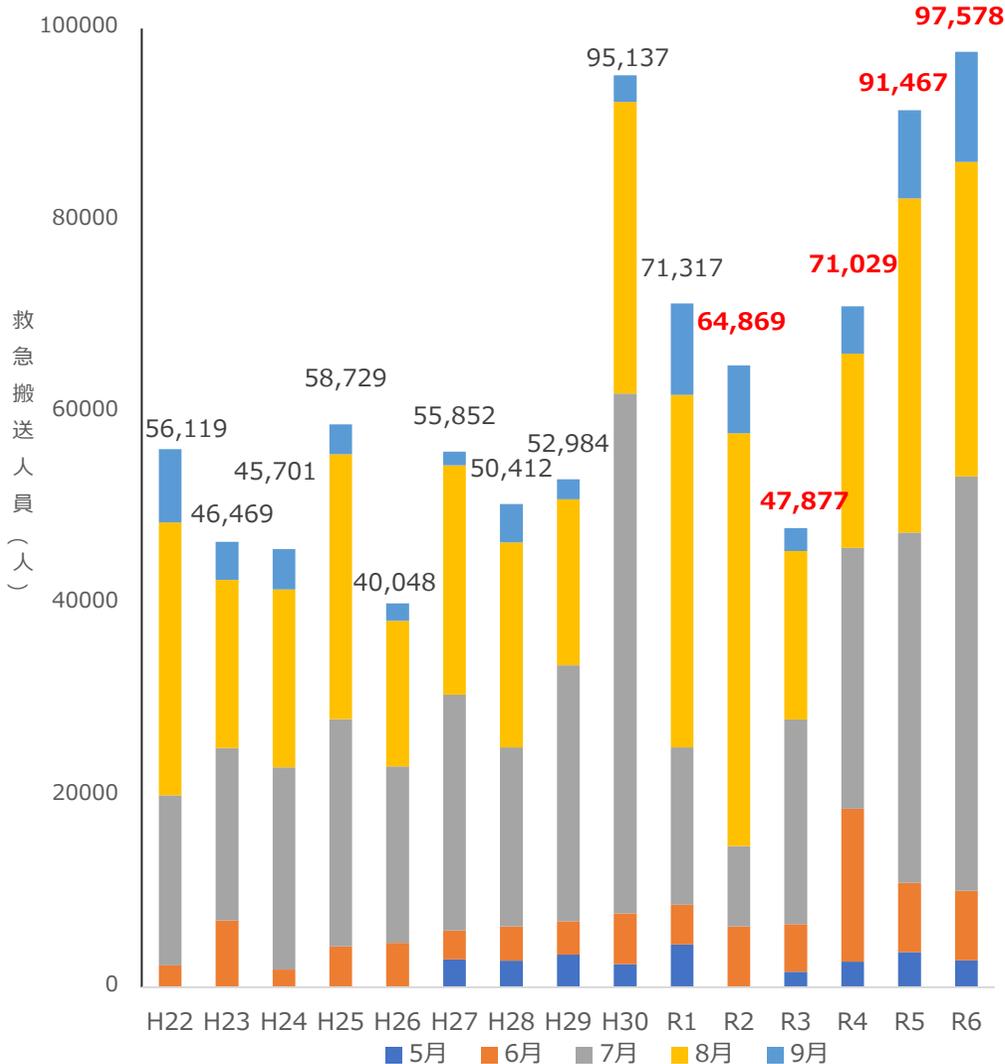
**熱中症は、予防できる疾患であり、  
相手を考えて呼びかけ・対策などを行う必要がある。**

# 熱中症による救急搬送人員の状況

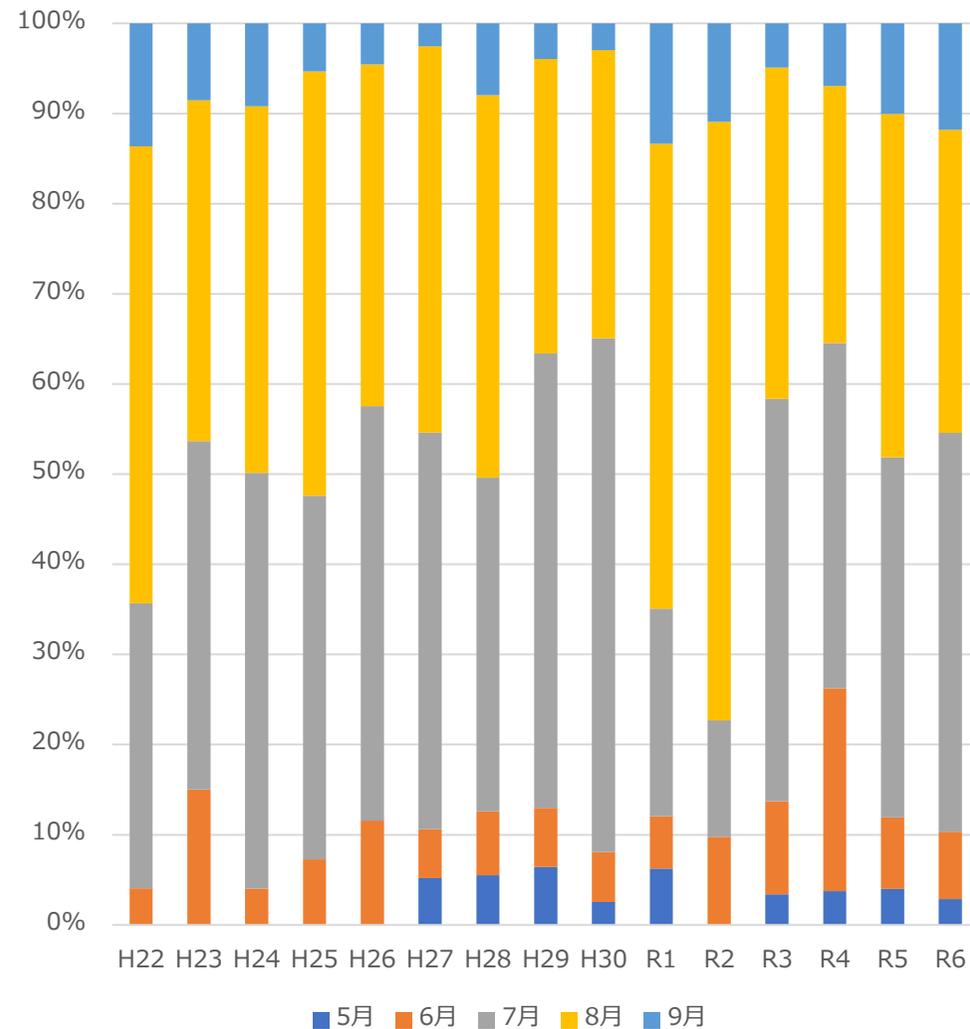
出典：令和6年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ（令和6年11月15日開催）資料1を一部改変

近年、搬送人員は4万～9万人前後で推移

## 熱中症による救急搬送人員の年次推移



## 各年度における通年の救急搬送人員に対する各月の割合（%）



# 環境省における熱中症対策

# 暑さ指数（WBGT）について

政府・環境省では、暑さ指数（WBGT値）に基づいて、施策を行っている。

暑さ指数（WBGT）とは **（WBGT : Wet Bulb Globe Temperature）**

- ◆ 人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した、**気温、湿度、日射・輻射、風**の要素をもとに算出する**熱中症のなりやすさを示す指標**です。

【算出式】 $WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$

- 湿球温度：空気の湿り具合を示す温度。（湿度が高いほど体温が下がりにくい）
- 黒球温度：黒色に塗装した中空の銅球で計測した温度。（日射や輻射熱等を反映）
- 乾球温度：通常の温度計が示す気温。



暑さ指数（WBGT）測定装置

環境省では、4月から10月にかけて毎日、全国841地点で、暑さ指数の予測値や実況推計値を発表しています。これらは、「環境省熱中症予防情報サイト」「メールサービス」「LINE」などで多くの方に活用されており、例えば、テレビやラジオの天気予報などで活用されています。

※半年間で約1億ビュー、メールサービス登録者数約8万8千人など

# (参考) 学会等が示している暑さ指数を用いた指針

暑さ指数 (WBGT)による 基準域	注意すべき生活 活動の目安 <sup>※1</sup>	日常生活における 注意事項 <sup>※1</sup>	熱中症予防運動指針 <sup>※2</sup>
危険 31以上	すべての生活 活動でおこる 危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	<b>運動は原則中止</b> 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
嚴重警戒 28以上 31未満		外出時は炎天下を避け室内では室温の上昇に注意する。	<b>嚴重警戒</b> (激しい運動は中止) 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。
警戒 25以上 28未満	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。	<b>警戒</b> (積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
注意 25未満	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	<b>注意</b> (積極的に水分補給) 熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。

出典：日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.3.1」(2021)  
日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)

## 1. 適応の総合的推進

- 国、地方公共団体、事業者、国民が気候変動適応の推進のため担うべき役割を明確化。
- 国は、農業や防災等の各分野の適応を推進する**気候変動適応計画**を策定。その進展状況について、把握・評価手法を開発。（閣議決定の計画を法定計画に格上げ。更なる充実・強化を図る。）
- **気候変動影響評価**をおおむね5年ごとに行い、その結果等を勘案して計画を改定。

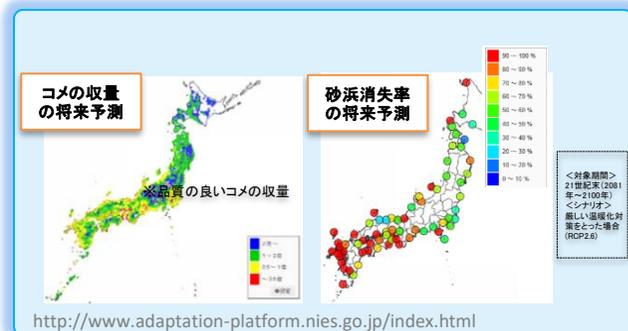
### 各分野において、信頼できるきめ細かな情報に基づく効果的な適応策の推進



- 将来影響の科学的知見に基づき、
- ・高温耐性の農作物品種の開発・普及
  - ・魚類の分布域の変化に対応した漁場の整備
  - ・堤防・洪水調整施設等の着実なハード整備
  - ・ハザードマップ作成の促進
  - ・熱中症予防対策の推進
- 等

## 2. 情報基盤の整備

- 適応の**情報基盤の中核として国立環境研究所を位置付け**。



## 3. 地域での適応の強化

- 都道府県及び市町村に、**地域気候変動適応計画**策定の努力義務。
- 地域において、適応の情報収集・提供等を行う体制（**地域気候変動適応センター**）を確保。
- **広域協議会**を組織し、国と地方公共団体等が連携して地域における適応策を推進。

## 4. 適応の国際展開等

- 国際協力の推進。
- 事業者等の取組・適応ビジネスの促進。

# 気候変動適応法及び独立行政法人環境再生保全機構法の一部を改正する法律の概要

公布日：令和5年5月12日 **全面施行：令和6年4月1日**

気候変動適応の一分野である熱中症対策を強化するため、**気候変動適応法**を改正し、熱中症に関する政府の対策を示す**実行計画**や、熱中症の危険が高い場合に国民に注意を促す**特別警戒情報**を法定化するとともに、特別警戒情報の発表期間中における**暑熱から避難するための施設の開放措置**など、熱中症予防を強化するための仕組みを創設する等の措置を講じるものです。

## ■ 背景

- 熱中症対策については、関係府省庁で普及啓発等に取り組んできたが、熱中症による**死亡者数の増加傾向**が続いており、近年は、**年間1,000人を超える年**も。
- 「**熱中症警戒アラート**」（本格実施は令和3年から）の発表も実施してきたが、**熱中症予防の必要性**は未だ国民に十分に浸透していない。
- 今後、地球温暖化が進めば、**極端な高温**の発生リスクも**増加**すると見込まれることから、法的裏付けのある、より積極的な熱中症対策を進める必要あり。

熱中症による死亡者(5年移動平均)の推移

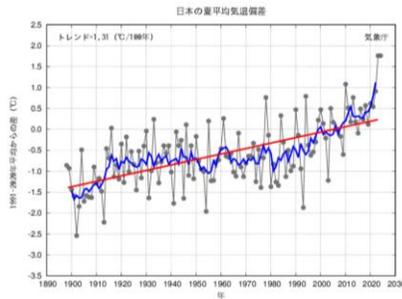


出典：人口動態統計から環境省が作成

熱中症による死者数

西暦	熱中症 (人)
2017年	635人
2018年	1,581人
2019年	1,224人
2020年	1,528人
2021年	755人
2022年	1,477人
2023年	1,651人

出典：人口動態統計から環境省が作成



出典：気象庁 日本の年平均気温

細線（黒）：各年の平均気温の基準値からの偏差  
 太線（青）：偏差の5年移動平均値  
 直線（赤）：長期変化傾向  
 基準値は1991～2020年の30年平均値。

## ■ 主な改正内容

	施行前	施行後
国の対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>環境大臣が議長を務める熱中症対策推進会議（構成員は関係府省庁の担当部局長）で<b>熱中症対策行動計画</b>を策定（法の位置づけなし）                      （関係府省庁：内閣官房、内閣府、総務省、文部科学省、厚生労働省、農林水産省、経済産業省、国土交通省、気象庁）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>熱中症対策実行計画</b>として<b>法定</b>の間議決定計画に格上げ                      → 関係府省庁間の連携を強化し、これまで以上に総合的かつ計画的に熱中症対策を推進                      ※熱中症対策推進会議は熱中症対策実行計画において位置づけ</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>環境省と気象庁とで、<b>熱中症警戒アラート</b>を発信（法の位置づけなし）                      ※本格実施は令和3年から</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>現行アラートを<b>熱中症警戒情報</b>として<b>法に位置づけ</b>                      ・ さらに、より深刻な健康被害が発生し得る場合に備え、一段上の<b>熱中症特別警戒情報</b>を創設（<b>新規</b>）                      → 法定化により、以下の措置とも連動した、より強力かつ確実な熱中症対策が可能に</li> </ul>
アラート	「アラート」の告知画像	
地域の対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>海外においては、極端な高温時への対策としてクーリングシェルターの活用が進められているが、国内での取組は限定的</li> <li>独居老人等の熱中症弱者に対する地域における見守りや声かけを行う自治体職員等が不足</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>市町村長が冷房設備を有する等の要件を満たす施設（公民館、図書館、ショッピングセンター等）を<b>指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）</b>として指定（<b>新規</b>）                      → 指定暑熱避難施設は、特別警戒情報の発表期間中、一般に開放</li> <li>市町村長が熱中症対策の普及啓発等に取り組む民間団体等を<b>熱中症対策普及団体</b>として指定（<b>新規</b>）                      → 地域の実情に合わせた普及啓発により、熱中症弱者の予防行動を徹底</li> </ul>

## 独立行政法人環境再生保全機構法の改正により措置

環境再生保全機構の業務として追加

1. 警戒情報の発表の前提となる情報の整理・分析等
2. 地域における対策推進に関する情報の提供等

→ 熱中症対策をより安定的かつ着実に実行する体制を確立

政府・市町村等関係主体の連携した対策の推進により、熱中症死亡者数の顕著な減少を目指す

# 熱中症警戒情報・熱中症特別警戒情報について

	熱中症警戒情報	熱中症特別警戒情報
一般名称	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
位置づけ	<p>気温が著しく高くなることにより熱中症による<u>人の健康に係る被害が生ずるおそれがある</u>場合 (熱中症の危険性に対する気づきを促す)</p> <p>&lt;これまでの発表回数&gt; R3: 613回, R4: 889回, R5:1,232回 <b>R6: 1,722回</b></p>	<p>気温が<u>特に</u>著しく高くなることにより熱中症による<u>人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある</u>場合 (全ての人々が、自助による個人の予防行動の実践に加えて、共助や公助による予防行動の支援)</p> <p><b>2024年4月から運用を開始。発表は一度もなし。</b></p>
発表基準	<p>府県予報区内の<u>1地点以上</u>で暑さ指数(WBGT)が<u>33以上</u>になると予測した場合に発表</p>	<p>都道府県内の、<u>全ての</u>暑さ指数情報提供地点で、翌日の日最高暑さ指数(WBGT)が<u>35以上</u>になると予測した場合に該当都道府県に発表</p> <p>(上記以外の自然的社会的状況に関する発表基準について、令和6年度以降も引き続き検討)</p>
発表時間	前日 <u>17時</u> 頃 及び 当日朝 <u>5時</u> 頃に発表	前日 <u>10時</u> 頃における翌日の予測値で判断し、 前日 <u>14時</u> 頃に発表

# 熱中症警戒情報（熱中症警戒アラート）について

出典：令和6年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ（令和6年11月15日開催）資料1一部改変

令和6年度は4月24日(水)から10月23日(水)まで実施

## 環境省 × 気象庁 熱中症警戒アラート

環境省・気象庁が提供する、暑さへの「気づき」を呼びかけるための情報。熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に発表し、国民の熱中症予防行動を効果的に促す。

### 1. 発表の基準

府県予報区内の **1地点**以上で暑さ指数（WBGT）が **33以上**になると予測した場合に発表

### 2. 発表の地域単位・タイミング

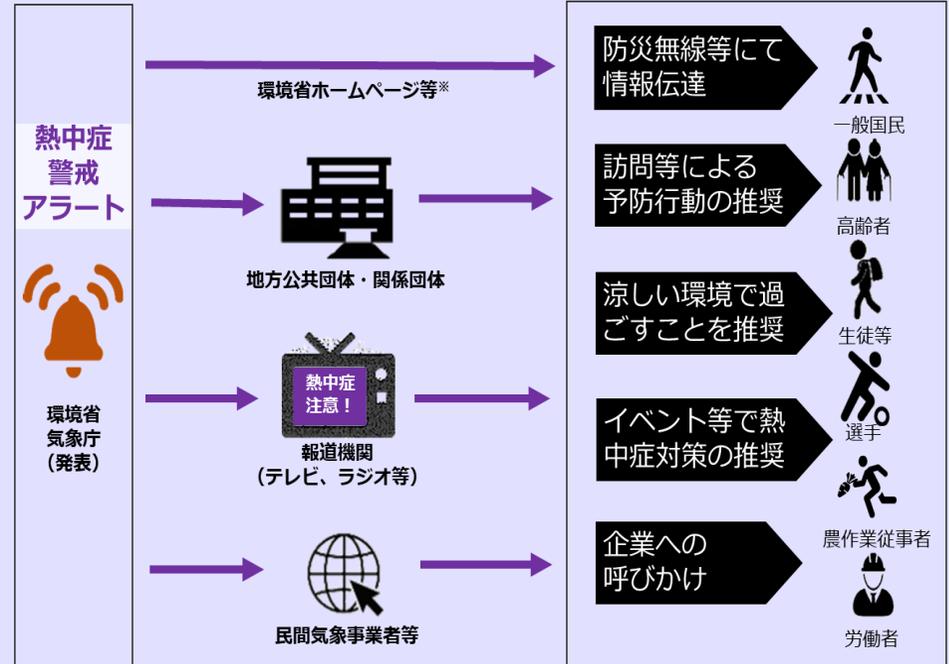
#### <地域単位>

- 気象庁の **府県予報区等単位** で発表
- 該当府県予報区内の観測地点毎の予測される暑さ指数（WBGT）も情報提供

#### <タイミング>

前日の17時頃及び当日の朝5時頃に最新の予測値を元に発表

### 3. 情報の伝達方法（イメージ）



※環境省熱中症予防情報サイトで情報発信を行うとともに、「熱中症警戒アラート等のメール配信サービス」及び「環境省LINE公式アカウント」等を活用。

### 【参考】過去の実績 ※※同一地域を複数回としてカウント

令和3年度 4/28~10/27	令和4年度 4/27~10/26	令和5年度 4/26~10/25
延べ発表回数※※：613回 発表日数：75日/183日 発表地域：53地域/58地域	延べ発表回数※※：889回 発表日数：85日/183日 発表地域：46地域/58地域	延べ発表回数※※：1,232回 発表日数：83日/183日 発表地域：58地域/58地域

### 4. 令和6年度の実績 4/24~10/23

延べ発表回数※※：1,722回  
発表日数：103日/183日  
発表地域：51地域/58地域  
※※同一地域を複数回としてカウント

### 3. 令和6年度 熱中症特別警戒情報・熱中症警戒情報の発表状況

#### 熱中症特別警戒情報の発表状況

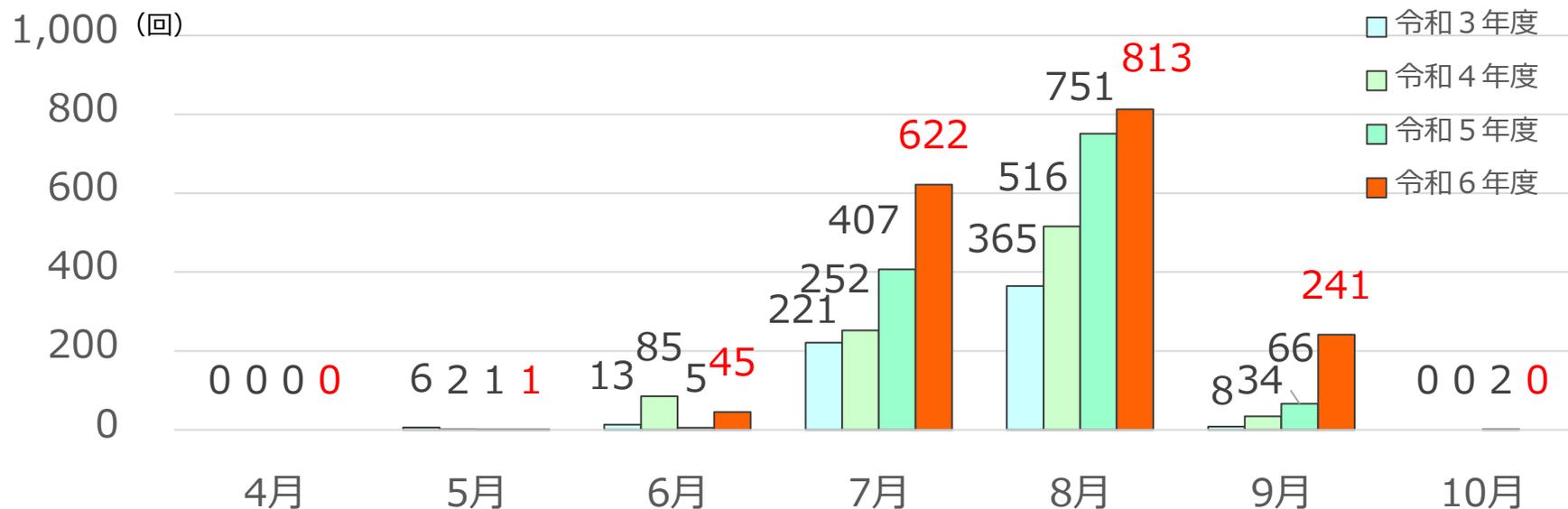
※令和6年度より運用開始

令和6年度の実績 4/24~10/23
延べ発表回数：0回

#### 熱中症警戒情報の発表状況

令和6年度の実績 4/24~10/23
延べ発表回数※：1,722回
発表日数：103日/183日
発表地域：51地域/58地域
※同一地域を複数回としてカウント

#### ○熱中症警戒情報の月別の発表実績



#### (参考) 年度別発表実績

令和3年度 4/28~10/27	令和4年度 4/27~10/26	令和5年度 4/26~10/25
延べ発表回数※：613回	延べ発表回数※：889回	延べ発表回数※：1,232回
発表日数：75日/183日	発表日数：85日/183日	発表日数：83日/183日
発表地域：53地域/58地域	発表地域：46地域/58地域	発表地域：58地域/58地域
※同一地域を複数回としてカウント	※同一地域を複数回としてカウント	※同一地域を複数回としてカウント

# 熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）について

出典：令和6年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ（令和6年11月15日開催）資料1一部改変

令和6年度は4月24日(水)から10月23日(水)まで実施



## 熱中症特別警戒情報

気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある場合に、環境省が発表する情報。

自助を原則として、個々人が最大限の熱中症予防行動を実践するとともに、共助や公助として、個々人が最大限の熱中症予防行動を実践できるように、国、地方公共団体、事業者等全ての主体において支援することを目的としている。

### 1. 発表の基準

都道府県内の、**全ての**暑さ指数情報提供地点で、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が**35以上**になると予測した場合に該当都道府県に発表

### 2. 発表の地域単位・タイミング

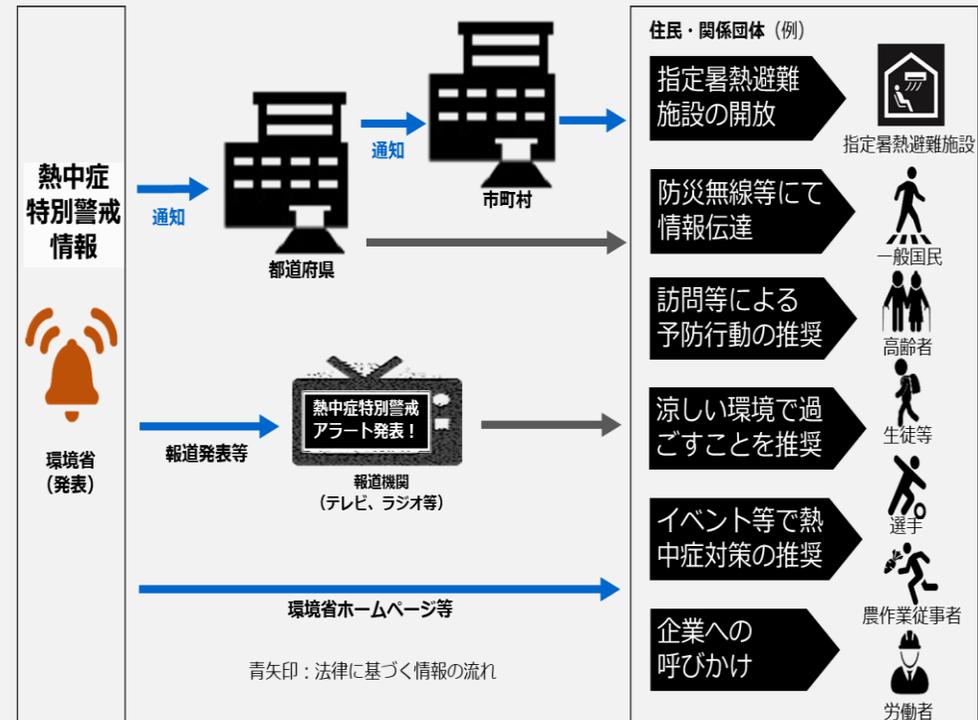
#### <地域単位>

- **都道府県単位**で発表
- 該当都道府県内の暑さ指数情報提供地点毎の予測される暑さ指数（WBGT）も情報提供

#### <タイミング>

前日10時頃における翌日の予測値で判断し、前日の14時頃に発表

### 3. 情報の伝達方法（イメージ）



### 4. 令和6年度の実績 4/24～10/23

延べ発表回数：0回

# 指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）について

## 指定暑熱避難施設の概要

- 市町村長は、その市町村内の一定の要件を満たす施設を、指定暑熱避難施設（通称：クーリングシェルター）として指定することができる。
- 特別警戒情報発表時には、当該施設の管理者により、あらかじめ定められた開放日時等において住民等に開放されることとなる。

### 施設の要件（気候変動適応法第21条第1項各号及び気候変動適応法施行規則第4条）

- ① 適当な冷房設備を有すること
- ② 熱中症特別警戒アラートの発表期間中に住民等に開放することができること
- ③ 住民等の滞在場所について必要かつ適切な空間を確保すること

## 指定暑熱避難施設に関する取組

- 住民が指定暑熱避難施設にアクセスしやすいように、右図のようなイメージのクーリングシェルターのマークを環境省で定める。
- 指定暑熱避難施設の運営の参考のため、「指定暑熱避難施設の運営に関する事例」を取りまとめ、令和6年2月に公表（※事例は改正法施行前のもの）

※指定暑熱避難施設としての指定をしていない涼みどころ、クールスポット等の独自の取組を行っている都道府県・市町村がある。

クーリングシェルターのマーク



## 熱中症対策普及団体の概要

- 市町村長は、地域において熱中症対策に関する住民等への普及啓発や広報活動、住民からの相談対応や助言などの事業を行う法人であって一定の要件を満たす法人を、熱中症対策普及団体として指定できることとされている。
- 熱中症対策普及団体の制度を活用することで、行政のみならず、民間団体や企業等とも連携し、地域の実情に合わせて、地域単位で熱中症予防行動の呼びかけ等を行うことが可能となる。
- 普及団体の実施する事業は、例えば、高齢者等の熱中症弱者（※）に対し、エアコン使用や水分・塩分補給等の呼びかけ等を想定している。  
（※）高齢者（特に単身高齢者）、子ども、障害者等の熱中症となるリスクが高い人の総称。

## 指定を受けることができる団体

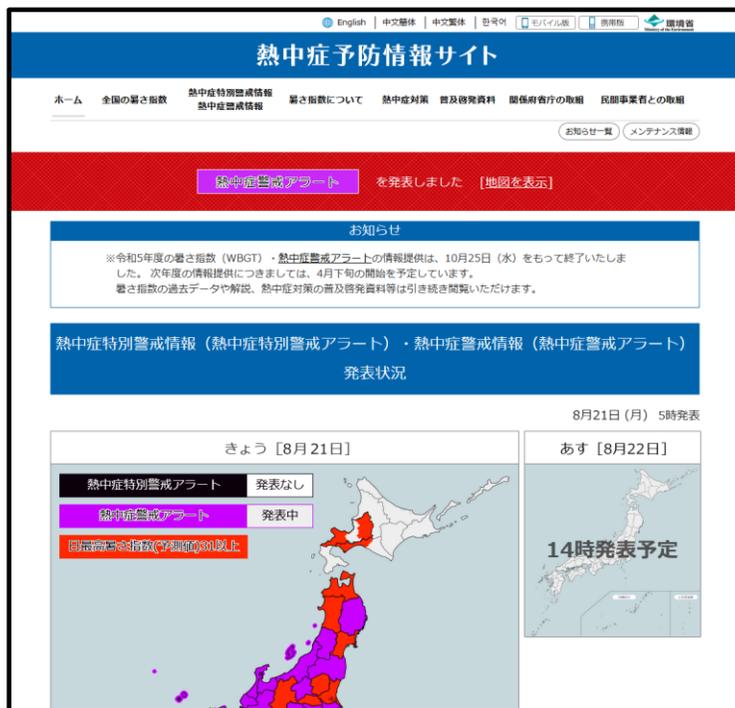
- 気候変動適応法及び同法施行規則では、以下の法人を普及団体の指定対象として規定。
  - 一般社団法人及び一般財団法人（公益社団法人及び公益財団法人を含む。）
  - 特定非営利活動法人
  - 社会福祉法人
  - 会社法上の会社（株式会社、合名会社、合資会社又は合同会社）

## 熱中症に関する環境省などの情報源

## 熱中症予防に資する情報を一元的に掲載

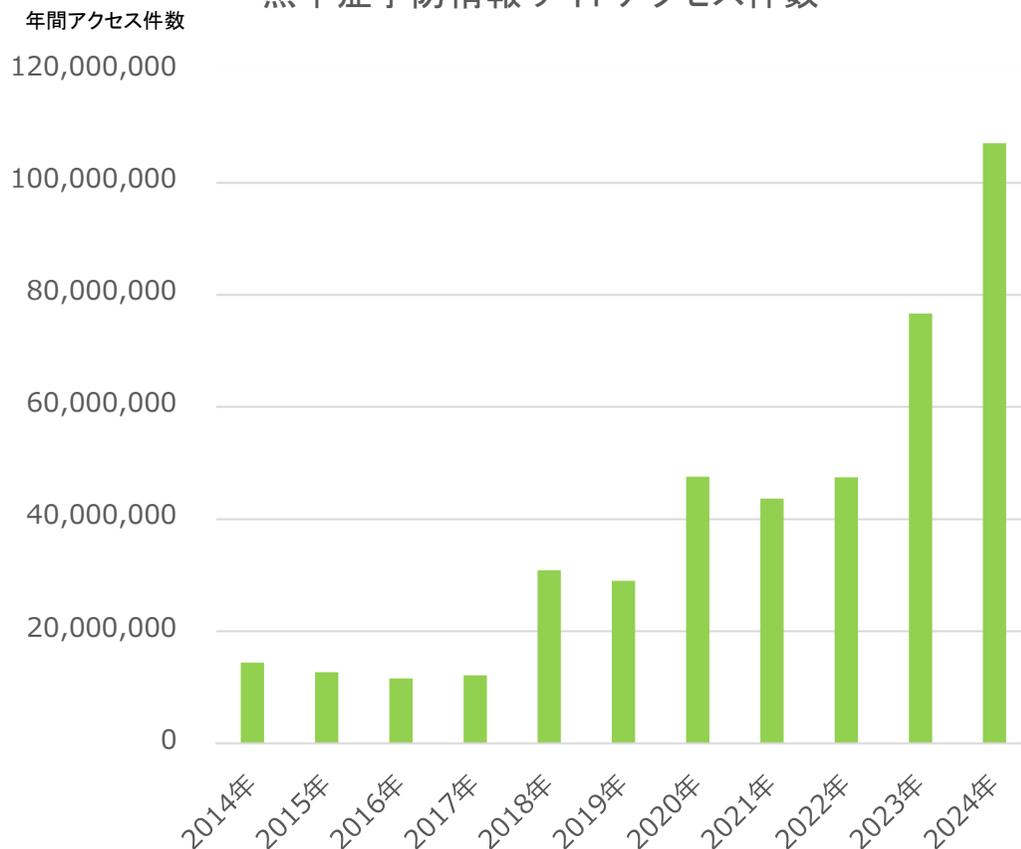
- 全国841地点の暑さ指数
- 熱中症警戒アラート、熱中症特別警戒アラートの発表状況
- 熱中症の予防方法と対処方法
- 各種リーフレット、マニュアル等
- 環境省、関係府省庁の取組 等

環境省が運営する「熱中症予防情報サイト」へのアクセス数は年々増加しており、令和6年度は累計約1億700万ビュー（令和5年：約7700万ビュー）となっている



<https://www.wbgt.env.go.jp/>

熱中症予防情報サイトアクセス件数



# 普及啓発の取組①

- ◆ 『熱中症予防強化キャンペーン』の一環として、関係府省庁や関係機関が一体となり普及啓発を強化し、国民の意識を高めることが重要。
- ◆ 関係府省庁や民間企業等にも協力を募り、効果的な発信を行う。

## 環境省サイトやSNSによる情報発信

- ① 環境省熱中症予防情報サイトに、熱中症予防に資する情報や暑さ指数等の情報を掲載。

<サイト訪問数（ページビュー）>  
 2024年(4/24～10/23)  
 : 約1億700万回  
 2023年(4/26～10/26)  
 : 約7,700万回



<熱中症予防情報サイト>

- ② 環境省では公式XやFacebook、LINEアカウントから熱中症の情報を発信。

<登録者数（令和7年2月1日時点）>  
 X : 約35万人  
 Facebook : 約7千人  
 LINE : 約35万人  
 (LINEは熱中症関連のみの発信)

- 熱中症関係府省庁と連携し、情報発信を行った。
- 7月末に、7日間連続投稿を実施。

## ラジオを通じた普及啓発

高齢者の利用率が高いラジオを通じた普及啓発を実施

- ① 「杉浦太陽・村上佳菜子日曜まなびより」熱中症特別警戒アラートや熱中症警戒アラート等の新たな情報を発信。



<撮影時の写真>

(7/7 全国38局ネットで放送)

- ② 各地のラジオ局と連携した天気情報・予報に合わせた「熱中症予防」を各番組パーソナリティにて啓発を実施（8/5～19 JFN各38局中29局）



1回あたりの聴取人数は約280万人となり、計10回延べ約2,800万人に情報発信

※聴取人数は、株式会社ビデオリサーチの聴取率から算出

## 普及啓発の取組②

### ◆ 企業・団体と連携した普及啓発

#### 熱中症予防イベント出席

暑熱環境への適応策の一環として、企業や自治体などと連携し「大手町・丸の内・有楽町夏祭り2024『丸の内 de 打ち水』」を実施（7/26）



<2024年度>

#### 動画配信・活用

環境省Youtubeによる配信とデジタルサイネージにて啓発。



<※写真は豊島区より提供>

#### 鉄道事業者によるポスター掲示

主要駅において、ポスターを掲示し利用者に対して熱中症対策に関する情報発信を実施。



<JR船橋駅>

#### 大型ビジョンを活用した情報発信

アルタビジョン新宿や原宿表参道ビジョンといった全国18箇所の大型ビジョンにおいて、当該地域の暑さ指数情報を放映。（7/1～8/31）



<ラジ館VISION>

その他、講演会を通じた熱中症対策における情報提供を実施

# 熱中症予防行動

環境省では、熱中症を予防する行動として、以下の4点を呼びかけている。  
これらは、環境省動画チャンネル (youtube)や各種のポスターで見ることができる。  
※熱中症予防情報サイトでは、「普及啓発」で示している。



## ペンギンさんの熱中症講座（約15秒動画）



ペンギンさんの熱中症講座  
適切にエアコンを使用しよう編



ペンギンさんの熱中症講座  
暑さ指数を確認しよう編

# 熱中症 ～ご存じですか？ 予防・対処法～

こんな症状があったら  
熱中症を疑いましょう！



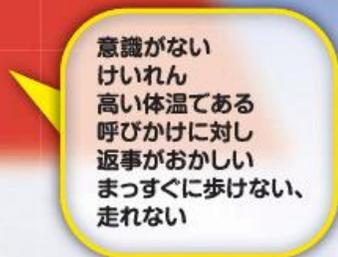
軽



中



重



## 熱中症は予防が大切です

熱中症は気温などの環境条件だけではなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

### こんな日は熱中症に注意



### こんな人は特に注意



### 熱中症の予防法



#### \*急に暑くなった日や活動の初日などは特に注意

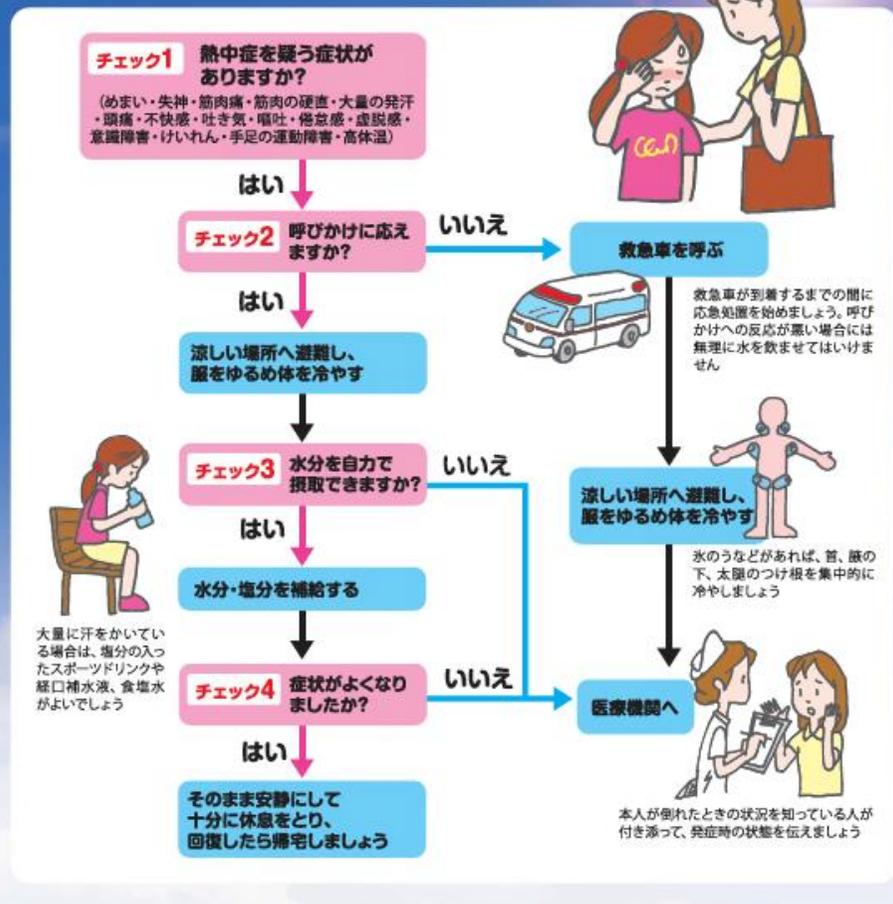
人間の体は暑い環境での運動や作業を始めてから3～4日経たないと、体温調節が上手になってきません。このため、急に暑くなった日や久しぶりに暑い環境で活動した時には、体温調節が上手いかず、熱中症で倒れる人が多くなっています。

\*汗をかいた時には塩分の補給も忘れずに

## 熱中症になったときには

### 熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。



### 高齢者の注意点

- のどがかわかなくても水分補給
- 部屋の温湿度をこまめに測る



- 高齢者は温湿度に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。
- 室内に温湿度計を置き、こまめに水分を補給することを心掛けましょう。

### 幼児は特に注意



- 晴れた日は、地面に近いほど気温が高くなるため、車いすの方、幼児、ペットは大人以上に暑い環境にいます。
- 幼児は体温調節機能が十分発達していないため、頸椎損傷者は体温調節機能が十分に発揮できないため、特に注意が必要です。

- 環境省 熱中症予防情報サイト  
[環境省熱中症予防情報サイト \(env.go.jp\)](http://env.go.jp)  
普及啓発資料  
[heatillness\\_leaflet.pdf \(env.go.jp\)](http://heatillness_leaflet.pdf)

## 主な情報源

---

- 環境省 熱中症予防情報サイト
  - [環境省熱中症予防情報サイト \(env.go.jp\)](https://env.go.jp)
  - 熱中症環境保健マニュアル
  - [熱中症環境保健マニュアル 2022 \(env.go.jp\)](https://env.go.jp)
  - 夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン2020
  - [夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン \(env.go.jp\)](https://env.go.jp)
- 気象庁 各種の気象の見通しなどを発表
  - [（週間天気予報） 気象庁 | 天気予報 \(jma.go.jp\)](https://jma.go.jp)
- 総務省消防庁 熱中症の救急搬送件数
  - [熱中症情報 | 熱中症情報 | 総務省消防庁 \(fdma.go.jp\)](https://fdma.go.jp)
- 厚生労働省 熱中症関連情報
  - [熱中症関連情報 | 厚生労働省 \(mhlw.go.jp\)](https://mhlw.go.jp)

## 熱中症対策のポイント（再掲）

- ◆ 近年（特に直近5年間）、気温は急激に高くなっている
- ◆ 熱中症による死亡者は、毎年1000人を超えている
- ◆ 熱中症は、死亡する病気（病態）である  
一方で、防ぐ・予防することが可能な病気（病態）である
- ◆ 暑さ指数（WBGT値）を確認し、特に熱中症警戒アラートや熱中症特別警戒アラートが発表されている際には、屋外での諸活動などに主催者は十分配慮する必要がある
- ◆ 環境省他関連府省庁の情報源の活用を