

報道機関 各位

熱中症への注意喚起について

県内では、本日7日（木）、今年初めて最高気温が30℃近くまで達する地点が出る事が予想されています。急な気温の変化に体が慣れていないため、熱中症のリスクが高まる事が懸念されます。

特に、高齢者の方は暑さやのどの渇きを感じにくく、幼児は体温調節機能が十分発達していないため、より一層の注意が必要です。

県民の皆様には、活動場所における気温や暑さ指数に御留意のうえ、いつもよりこまめに水分補給を行うよう心がけていただき、屋外活動を行う際には、日傘や帽子等で日射しを避けて、屋内では適切にエアコンを使用するなど、熱中症を予防する行動をとっていただくようお願いします。

報道機関におかれましては、県民の皆様への注意喚起に御協力いただきますようお願いいたします。

【山形県ホームページ】

「熱中症に注意しましょう！」（健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課）
<https://www.pref.yamagata.jp/090015/kenfuku/kenko/kenko/nettyuusyou27-1.html>

「山形県の熱中症対策」（環境エネルギー部環境企画課）
<https://www.pref.yamagata.jp/050015/kurashi/kankyo/kyoiku/gakushuushien/r6yamagataken-nextutyusyoutaisaku.html>

【参考】詳細は別紙のとおり

○暑さ指数、熱中症警戒アラート等と対応の指針について

○環境省による暑さ指数、熱中症警戒アラート等のLINE配信について

日々の暑さ指数やアラートの把握には環境省LINE公式アカウントの暑さ指数情報配信サービスが便利です。必要に応じて御利用ください。



【問い合わせ先】

（熱中症の注意喚起に関すること）
健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課
課長補佐 濱本 電話 023-630-3035
〔広報監〕 健康福祉部次長 後藤

（熱中症警戒アラートに関すること）
環境エネルギー部環境企画課
課長補佐 澤口 電話 023-630-3247
〔広報監〕 環境エネルギー部次長 高嶋

○ 暑さ指数（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）とは

熱中症リスクを表す指標で、気温、湿度、日射・輻射（ふくしゃ）、風の要素を基に算出するもの。
単位は℃だが気温と区別するため記載を省略して使用。

○ 暑さ指数、熱中症警戒アラート等と対応の指針について

暑さ指数	日常生活に関する指針	気温（参考）	運動に関する指針
<p>「熱中症特別警戒アラート」（県内の全ての観測地点で、翌日の暑さ指数（予測値）が35に達する場合等に発表）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広域的に過去に例のない危険な暑さとなり、健康に重大な被害が生じるおそれ。危険な暑さから自分と周囲の人の命を守る。 ・熱中症対策が徹底できない場合、運動、外出、イベント等の中止、変更等を判断。 ・普段の対応では不十分な可能性あり。気を引き締めて準備や対応が必要。 			
<p>「熱中症警戒アラート」（県内のいずれかの観測地点で、翌日または当日の暑さ指数（予測値）が33に達する場合に発表）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・気温が著しく高くなり、健康に被害が生じるおそれ。他人事と考えず暑さから自分の身を守る。 ・高齢者、乳幼児は特に注意。周囲の方も声掛けを！ 涼しい環境以外では運動等を中止。 			
31以上 危険	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者においては、安静状態でも熱中症が発生する危険性が高い。 ・外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。 	35℃以上	運動は原則中止 <ul style="list-style-type: none"> ・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。
28以上 31未満 嚴重警戒	<ul style="list-style-type: none"> ・外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。 	31℃以上 35℃未満	激しい運動は中止 <ul style="list-style-type: none"> ・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・塩分の補給を行う。 ・暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
25以上 28未満 警戒	<ul style="list-style-type: none"> ・運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休憩を取り入れる。 	28℃以上 31℃未満	積極的に休憩 <ul style="list-style-type: none"> ・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。
21以上 25未満 注意	<ul style="list-style-type: none"> ・一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時には熱中症が発生する危険性がある。 	24℃以上 28℃未満	積極的に水分補給 <ul style="list-style-type: none"> ・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。
21未満 ほぼ安全	—	24℃未満	適宜水分補給 <ul style="list-style-type: none"> ・通常は熱中症の危険は小さいが、適宜、水分・塩分の補給は必要である。 ・市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など。

【引用】環境省熱中症予防情報サイト <https://www.wbgt.env.go.jp/>

環境省による暑さ指数、熱中症警戒アラート等のLINE配信

○環境省のLINE公式アカウントで熱中症予防対策の情報が配信されています。

○お使いのスマートフォンなどのLINEアプリで、LINE公式アカウントを友だち追加していただくと、暑さ指数や熱中症警戒アラート等の情報を受け取ることができます。

【環境省LINEアカウント】アカウント名：環境省
LINE ID：kankyo_jpn



詳しくは環境省ホームページをご参照ください。

【https://www.wbgt.env.go.jp/sp/line_notification.php】