

熱中症警戒アラートを全国展開 熱中症予防行動への気づきを促す

3月25日に発表された政府の「熱中症対策行動計画」は、熱中症による年間死者数をできる限り早い時期に1,000人以下にすることを目標に掲げ、「熱中症警戒アラート」を重要施策の一つとして位置づけた。環境省と気象庁が共同で運用するアラートの内容や留意点などについて、環境省の担当者に聞いた。

〈編集部〉

高温注意情報に替わり 4月から全国で運用開始

熱中症の危険性が極めて高くなる
と予測される際、国民各層に対し危険
な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予
防行動をとってもらうよう気づきを促
すのが、「熱中症警戒アラート」だ。従
来の気象庁の「高温注意情報」に替わ
るものとして、環境省と気象庁が共同
で運用している。

アラートが発表されるのは、熱中症
の発症と高い相関のある暑さ指数(W
BGT)が、翌日または当日に33以上
になると予測される時だ。最新の予測
値に基づき1日2回、17時に翌日分、
5時に当日分が発表される。提供期間
は4月の第四水曜日から10月の第四

水曜日まで。4月28日17時発表分に
始まった今年度は、10月27日5時発表
分が最後となる。

アラートは、都道府県単位を基本に
北海道と鹿児島、沖縄を細分化した、
気象庁の全国58の「府県予報区」単位
で発表される。気象庁は他の防災気象
情報と同様、関係省庁や地方自治体、
報道機関、民間事業者などに広く配
信するほか、ウェブサイトなどでも公
開する。環境省では「熱中症予防情報
サイト」、およびメールやLINEによ
り情報提供を行っている。

これまでも環境省は、気象庁等の観
測データを基に全国840地点の暑
さ指数の実測値と実況推定値、およ
び予測値を、「熱中症予防情報サイ
ト」等で公開してきた。アラートも、こ

の予測値を基に発表されるが、気象庁
が持つ、防災気象情報の伝達経路を
使うことで、従来にも増して広く、確
実に国民各層に周知されることになる。

アラートが発表されない 「だから安心」ではない

では、自分の居住地や勤務地でア
ラートが発表されたら、どうすればよ
いのだろうか。環境省大臣官房環境保
健部環境安全課の榊原崇広さんは、
「日頃から行っている熱中症予防行動
を、普段以上に実践していただきたい。
こまめな水分補給など自分自身が注
意するのはもちろん、子どもや高齢者
をはじめとする熱中症のリスクが高い
方に声かけするなど、周囲に気を配る
ことも大事です」と語る。

ちなみに、WBGTは気温(乾球温
度)と同じ摂氏度(℃)で示されるが、
暑さ指数は、単位の記載がない。その
理由について環境省水・大気環境局大
気環境課大気生活環境室の笠井崇弘
さんは、「気温とWBGTを混同され
ないようにするためです」と説明する。

アラートが発表される「暑さ指数33
(WBGT33℃)以上」での熱中症発症
リスクは相当高い(図1)。こうした状



環境省大臣官房環境保健部環境安全課の榊原崇広さん(左)と、水・大気環境局大気環境課大気生活環境室の笠井崇弘さん

況下で、「気温33℃ぐらいなら、たいし
たことはない」と誤解し予防行動をと
らないことは、非常に危険なため、単位
を付けずに発表している。「WBGTは
気温より低い数値で出ること考えれ
ば、こうした誤解は絶対に避けていた
きたいのです」と笠井さんは語る。

また、「熱中症警戒アラートが発表
されないから安心」という受け止め方
も、してはならない。アラートは府県予
報区単位で発表されることは前述し
た。つまり同一予報区内で1地点でも
予測値が33以上になると、その予報区
全体がアラートの対象となる。自分の
居住地・勤務地近辺の予測値は、「熱
中症予防情報サイト」で確認できるが、

さらに細分化された地点の予測値はわからない。そもそも、温度・湿度・輻射熱から算出される暑さ指数は、芝生の上とアスファルトの上など、同じ観測地付近でも状況により大きく変わる。
* 「おおまかに地域を絞った熱中症警戒アラートにより、『熱中症発症のリスクが、普段よりも高まっている』と十分に認識したうえで、普段以上の熱中症予防行動をとっていただき、さらに理想としては個々に置かれた状況は暑さ指数計(WBGT計)で把握すること」。これが「アラートの正しい使い方」だ。

熱中症死亡者数減に向け 広く活用してほしい

熱中症警戒アラートは、今年度の本格運用開始に先立ち、昨年夏に関東甲信地方で先行実施された。その際に、東京都でのアラート発表日と東京23区における熱中症による死亡者数との関係を見たのが図2である。

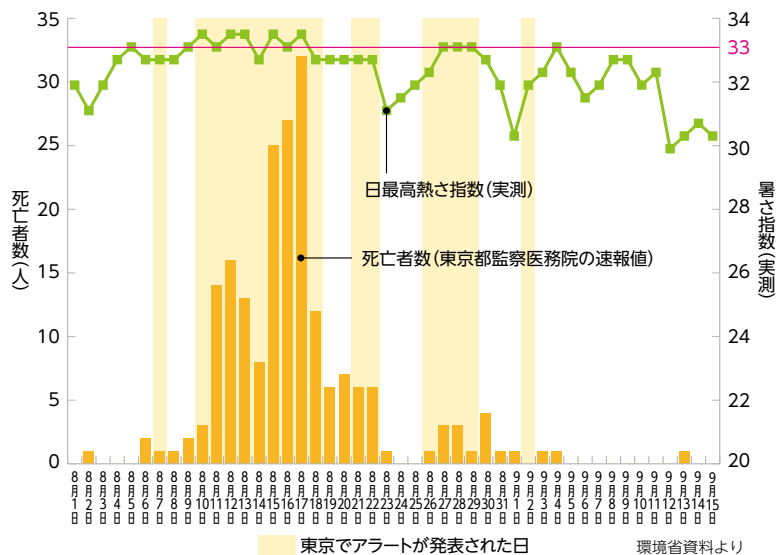
この図からは、アラート発表日には死亡者数が多くなる傾向が見られる。中でも梅雨明け(令和2年、関東甲信は8月1日頃)直後にアラートが連日発表された際、死亡者が急激に増加している。アラートの必要性・重

図1 暑さ指数に応じた注意事項と熱中症警戒アラート

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安 (※1)	日常生活における注意事項 (※1)	熱中症予防運動指針 (※2)
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高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止 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。
28~31		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒(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・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を中止。
25~28	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十分に休憩を取り入れる。	警戒(積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとる適宜、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。
21~25	強い生活活動でおこる危険性	一般には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。	注意(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。

※1)日本生気象学会指針より引用 ※2)日本スポーツ協会指針より引用 環境省資料より

図2 熱中症による死亡者数(東京都23区)と暑さ指数(東京)の関係 (令和2年8月1日~9月15日)



環境省資料より

要性を示すデータといえる半面、これらの死亡者数は、アラートが浸透していれば減少していた可能性もある。こうした結果を受け、笠井さんは「熱中症予防情報サイトにアクセスし、メールや、LINEによるプッシュ型配信をぜひご利用いただきたい」と語る。一方、榎原さんは、医師の立場(厚生労働省の医系技官で、環境省には出向中)から、特に死亡者を減らすために、ぜひ知っておいてほしい知識として、重症度を判断するポイントを挙げ、こ

う語る。「重症度を判定するときに重要な点は、意識がしっかりしているかどうかであり、少しでも意識がおかしい場合は、医療機関への搬送が必要です。また、自力で水分を摂取できないときや、応急処置を施しても症状の改善が見られないときも、医療機関へ搬送する必要があります」。

熱中症警戒アラートを契機に、今一度、熱中症の知識を確認してみたいかがだろう。

●環境省・熱中症予防情報サイト

<https://www.wbgt.env.go.jp/>
熱中症警戒アラートや暑さ指数(WBGT)のメール配信サービス、環境省LINE公式アカウントの紹介も掲載されている。



*環境省では、アスファルトの駐車場、交差点、バス停、住宅地、グラウンドなどの生活の場において、独自に観測、研究を行い、この観測結果に基づき算出した「生活の場における暑さ指数」(参考値)を、「熱中症予防情報サイト」で公開している。