



事務連絡  
令和2年5月18日

各	〔都道府県 保健所設置市 特別区〕	衛生主管部局	御中
		民生主管部局	御中
各	都道府県労働局	労働基準部	御中
		職業安定部	御中

厚生労働省	健康局	健康課
医政局	総務課	
医薬・生活衛生局	総務課	
医薬・生活衛生局	水道課	
労働基準局	安全衛生部	労働衛生課
職業安定局	高齢者雇用対策課	
子ども家庭局	総務課	
社会・援護局	総務課	
社会・援護局	障害保健福祉部	企画課
老健局	総務課	

### 熱中症予防の普及啓発・注意喚起について（周知依頼）

日頃より厚生労働行政の推進に御協力いただき、厚く御礼申し上げます。

近年、熱中症による健康被害が数多く報告されており、気温の高い日が続くこれからの時期に備え、国民一人ひとりに対して熱中症予防の普及啓発・注意喚起を行う等、対策に万全を期すことが重要です。

このため、厚生労働省では、熱中症予防を広く国民に呼びかけることを目的として、多言語によるリーフレット、障がいをお持ちの方の熱中症予防のポイントをまとめたリーフレット及び職場における熱中症を予防するためのリーフレットを作成しております。本年度においても、新型コロナウイルスへの感染拡大の防止の観点には十分留意しつつ、貴自治体及び貴労働局におかれましては、本リーフレットを御活用いただき、こまめな水分・塩分の補給、扇風機やエアコンの利用等の熱中症の予防法について、管内市町村、医療機関、薬局、介護サービス事業者、障害福祉サービス事業者、社会福祉事業を実施する者、老人クラブ、シルバー人材センター、民生委員、保育所、児童相談所、ボランティア、事業場等を通じ、又は保健所・保健センターにおける健診、健康相談等の機会を利用して、可能な範囲で広く呼びかけていただきますようお願いいたします。



特に、熱中症への注意が必要な高齢者、障害児（者）、小児等に対しては、周囲の方々が協力して注意深く見守る等、重点的な呼びかけをお願いいたします。また、熱中症患者が発生した際には、救急医療機関等で適切に受け入れ、治療がなされるよう、貴管下の医療機関等への注意喚起及び周知徹底方よろしくをお願いいたします。

また、日本救急医学会作成の「熱中症診療ガイドライン2015」について、厚生労働省ホームページ熱中症関連情報 ([https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/)) のページからダウンロードしていただけますので、併せて御活用いただきますようお願いいたします。

上記の趣旨を御理解いただき、熱中症対策への御協力をお願いいたします。

なお、職場での熱中症予防対策については、都道府県労働局長宛て、「「STOP！熱中症クールワークキャンペーン」の実施について」（令和2年3月25日付け基安発0325第1号 基準局安全衛生部長通知）により通知しております。詳細につきましては、厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>) にもございますので、御承知おきください。

さらに、今年7月から関東甲信地方（茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、長野、山梨）においては、環境省、気象庁共同の情報提供「熱中症警戒アラート（試行）」が先行実施されます。

従来、気温を基準として情報提供されていた高温注意情報が「暑さ指数（WBGT値）」を用いた基準に置き換わる取組で、熱中症の危険度が非常に高くなる日に、国民に「気づき」を与え、予防行動に移していただくための情報となっています。

該当地域におかれては、「熱中症警戒アラート（試行）」受信後、関係各所への速やかな情報展開及び熱中症予防対策の一層の強化等のご協力をお願いいたします。詳細は別添を御参照ください。

（参考）リーフレットは以下のURLからダウンロードが可能です。

➤ 熱中症予防のために：

日本語版：<https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-10901000-Kenkoukyoku-Soumuka/necchushoyobou.pdf>

英語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/000363394.pdf>

中国語版：（簡体字）<https://www.mhlw.go.jp/content/000526939.pdf>

（繁体字）<https://www.mhlw.go.jp/content/000526936.pdf>

韓国語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/000526940.pdf>

- 障がいをお持ちの方の熱中症予防のポイント：  
<https://www.mhlw.go.jp/content/000526946.pdf>
  
- 「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」について：  
日本語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000613019.pdf>  
英語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000628094.pdf>
  
- 職場の熱中症予防対策は万全ですか？：  
[https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudoukijunkvoku/0000116152\\_2.pdf](https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11200000-Roudoukijunkvoku/0000116152_2.pdf)
  
- WBGT 指数を把握して熱中症を予防しましょう！：  
<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000628869.pdf>
  
- みんなで防ごう！熱中症：  
日本語版：[https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/DESIGN\\_JAPANESE\\_2.pdf](https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/DESIGN_JAPANESE_2.pdf)  
英語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605381.pdf>  
インドネシア語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605382.pdf>  
クメール語（カンボジア語）版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605384.pdf>  
モンゴル語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605386.pdf>  
ミャンマー語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605388.pdf>  
ネパール語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605389.pdf>  
タガログ語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605392.pdf>  
タイ語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605394.pdf>  
ベトナム語版：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/000605396.pdf>  
中国語（簡体字）版：[https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/DESIGN\\_KANTAIJI\\_2.pdf](https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/DESIGN_KANTAIJI_2.pdf)

(担当者)

厚生労働省健康局健康課地域保健室

十川、松川

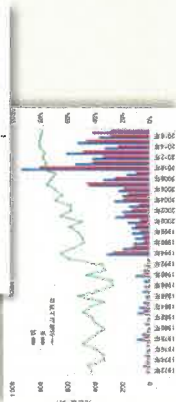
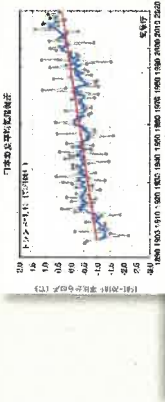
TEL : 03-5253-1111 (内 : 2332)

FAX : 03-3503-8563

現状

1. 気温の上昇と熱中症の増加

- 日本の夏（6～8月）の平均気温は100年あたり約1.1℃の割合で上昇



- 近年、熱中症による死亡者数・救急搬送人員数は年々増加傾向
- 今後も気候変動等の影響により熱中症は増加すると考えられるため、適応の一環としても、対策を強化することが必要。

2. 現行の伝達手法

環境省：暑さ指数 (WBGT)

- 全国840地点の予測・実況値を環境省webサイトで公表
- 毎夏提供期間内に3000万のアクセス



気象庁：高温注意情報

- 「最高気温」が概ね35℃以上の予想で関係機関へ配信
- 前日は地方、当日は府県単位で配信

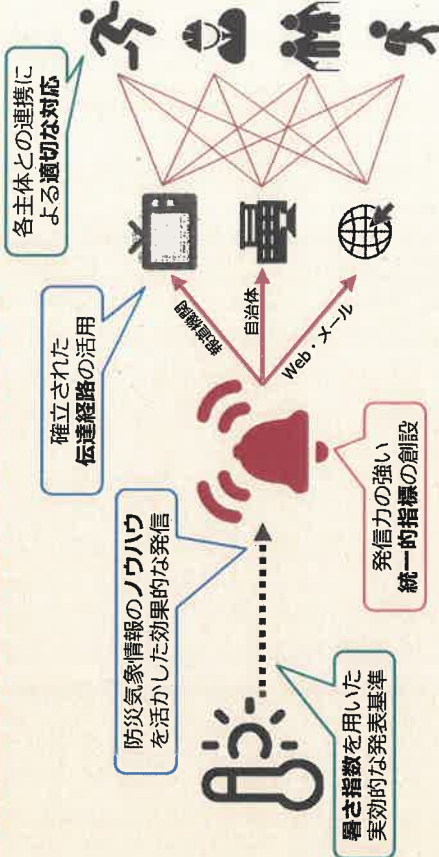
今後

4. 新たな情報発信 — 熱中症警戒アラート (試行)



熱中症警戒アラート (試行)

熱中症リスクの極めて高い気象条件が予測され、国民各層において適切な対応をとって欲しい場合に、環境省及び気象庁から、広く情報発信。



5. 今後のスケジュール (予定)

- 環境省・気象庁による共同検討会で、新たな情報発信について検討。
- 今夏に、一部地域で先行実施し、その後検証。
- 令和3年度から全国で本格実施予定。
  - <令和2年>
    - 4～5月：両省庁共同検討会（2回程度）
    - 7～10月：一部地域で「新たな情報発信」先行実施、その後検証
  - <令和3年>
    - 全国で本格実施

3. 現行手法のメリット・デメリット

メリット	デメリット
○ 熱中症の救急搬送人数と相関が高く、ISOで国際的に規格化されている。	○ 国民の間の認知度が低い。
○ 各種団体等において、具体的な対策行動が示されている。	○ 環境省のホームページに掲載しているが、PUSH型の伝達経路がほとんど活用されていない。
○ 基準が明確でわかりやすい。	○ 発表基準（最高気温35℃以上）が必ずしも熱中症の救急搬送人数と相関していない。
○ 自治体や報道機関への伝達経路が確立されており、一般まで広く情報を伝えられる。	○ 具体的な対策行動とセットではないため、活用しにくい。
	○ 発表回数が多く情報の重みが薄れてしまっている。

# 熱中症予防のために

## 暑さを避ける

### 室内では・・・

- ▶ 扇風機やエアコンで温度を調節
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 室温をこまめに確認
- ▶ WBGT値※も参考に

### 屋外では・・・

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える

### からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▶ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

※WBGT値：気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される暑さの指数  
運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。  
環境省のホームページ（熱中症予防情報サイト）に、観測値と予想値が掲載されています。

## こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、  
こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。



### 熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 重症になると、
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」をご覧ください。

厚生労働省 熱中症

検索

# 熱中症が疑われる人を見かけたら

## 涼しい場所へ

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる

## からだを冷やす

衣服をゆるめ、からだを冷やす

(特に、首の周り、脇の下、足の付け根など)

## 水分補給

水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する



**自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！**

### <ご注意>

#### 暑さの感じ方は、人によって異なります

その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

#### 高齢者や子ども、障害者・障害児は、特に注意が必要です

- ・熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているので、注意が必要です。
- ・子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給しましょう。暑さを感じなくても室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。

#### 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください

気温や湿度の高い日には、無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使いましょう。

## 熱中症についての情報はこちら

### ▷ 厚生労働省

熱中症関連情報 [施策紹介、熱中症予防リーフレット、熱中症診療ガイドラインなど]

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/)

「健康のため水を飲もう」推進運動

<https://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/kenkou/suido/nomou/>

職場における労働衛生対策 [熱中症予防対策]

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei02.html>

### ▷ 環境省

熱中症予防情報 [暑さ指数 (WBGT) 予報、熱中症環境保健マニュアル、熱中症予防リーフレットなど]

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

### ▷ 気象庁

熱中症から身を守るために [気温の予測情報、天気予報など]

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>

異常天候早期警戒情報

<http://www.jma.go.jp/jp/soukei/>

### ▷ 消防庁

熱中症情報 [熱中症による救急搬送の状況など]

[http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9\\_2.html](http://www.fdma.go.jp/neuter/topics/fieldList9_2.html)