

# 環境省熱中症予防情報サイト イメージ 【別紙3】

※イメージは、運用画面製作中のものです。  
本年度運用される画面と、細部が異なる可能性があります。

## トップページ (1/2)

熱中症警戒アラートの  
発表状況

新しい生活様式と  
熱中症予防の  
リーフレットページ

全国840地点の暑さ指数の  
実況値・予測値

English | 中文簡体 | 中文繁体 | 한국어 | モバイル版 | 携帯版

環境省 Ministry of the Environment 熱中症予防情報サイト

ホーム 全国の暑さ指数 熱中症警戒アラート 暑さ指数について 熱中症対策 普及啓発資料 関係府省庁の取組

お知らせ 熱中症警戒アラートを発表しました [地図を表示]

トピックス

「環境省」LINE公式アカウント  
熱中症警戒アラートや暑さ指数をお知らせ [詳細はこちら]

新しい生活様式と熱中症予防  
新しい生活様式における熱中症予防行動 [詳細はこちら]

全国の暑さ指数 (実況と予測)

8月4日14時現在

北海道地方 東北地方 関東地方 甲信地方 東海地方 北陸地方 近畿地方 中国地方 四国地方 九州地方 沖縄地方

沖縄地方 小笠原諸島

(青) ほぼ安全 21未満 遅時水分補給	(水色) 注意 21~25 積極的に水分補給	(黄) 警戒 25~28 積極的に休息	(橙) 嚴重警戒 28~31 激しい運動は中止	(赤) 危険 31以上 運動は原則中止
----------------------------	------------------------------	---------------------------	-------------------------------	---------------------------

8月4日14時現在の実測値

札幌	15.1	仙台	20.6	東京	23.1	新潟	20.3
名古屋	21.8	大阪	21.8	広島	20.9	高知	24.6
福岡	23.9	鹿児島	26.8	那覇	28.8		

# トップページ (2/2)

メール配信サービス  
熱中症警戒アラート

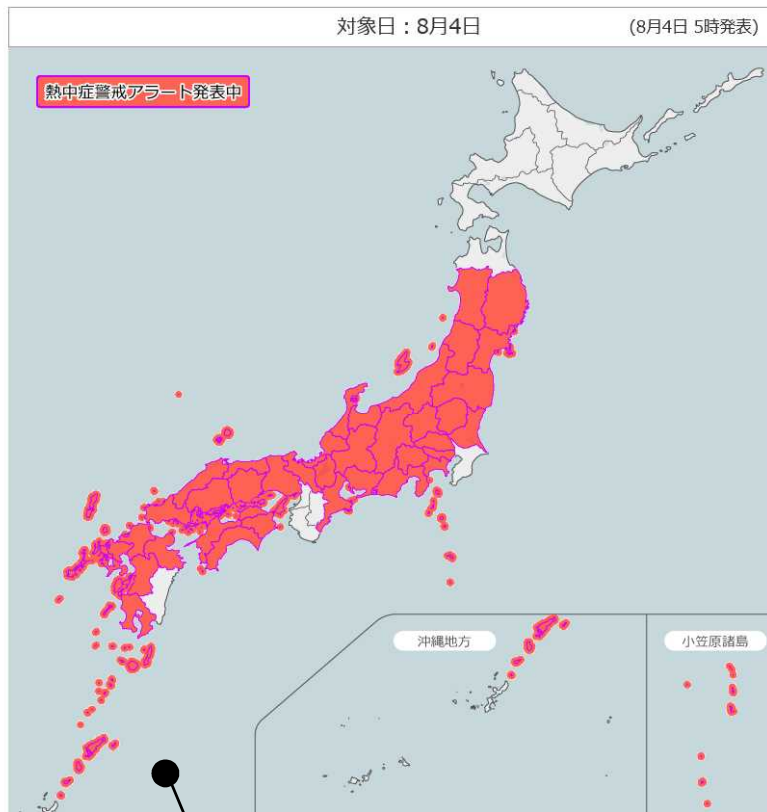
メール配信サービス  
暑さ指数

電子情報提供サービス  
実況値・予測値をCSV  
形式のデータで発信

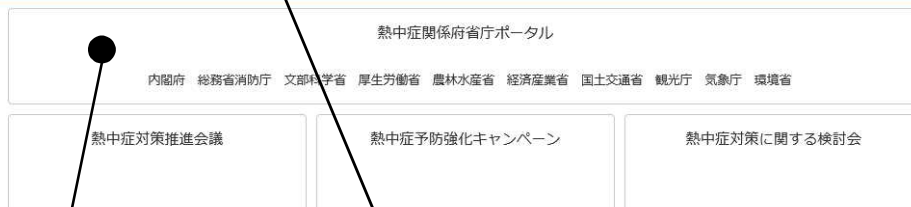
## 配信サービス



## 熱中症警戒アラート



## 関係府省庁の取組



全国の暑さ指数(WBGT)

暑さ指数(WBGT)について

普及啓発資料

関係省庁への  
リンクページ

熱中症警戒アラート発表中の府県予報区を視覚的に表示



# 暑さ指数メール配信サービス

English | 中文簡體 | 中文繁體 | 한국어 | [モバイル版](#) | [携帯版](#)



## 熱中症予防情報サイト

ホーム | [全国の暑さ指数](#) | [熱中症警戒アラート](#) | [暑さ指数について](#) | [熱中症対策](#) | [普及啓発資料](#) | [関係省庁の取組](#)

ホーム > [暑さ指数](#) > [メール配信サービスについて](#)

### 熱中症警戒アラートを発表しました

[全国の発表状況はこちらから](#)

配信サービス申し込みページリンク

### 全国の暑さ指数(WBGT)

<b>暑さ指数の実況と予測</b> 地図表示・グラフや日表	<b>暑さ指数ランキング</b> 日時エリア別のランキング	<b>暑さ指数メール配信サービス</b> 個人向けのメール通知	<b>暑さ指数電子情報提供サービス</b> 事業者向けのCSVファイル提供
<b>暑さ指数週間傾向集計ランキング</b> 毎週月曜更新	<b>暑さ指数と熱中症救急搬送者数速報</b> 毎週木曜更新	<b>熱中症リスクカレンダー</b> 過去5年間の日別暑さ指数一覧表	

### 暑さ指数 メール配信サービス(無料)

本サイトにて提供している、暑さ指数の予測値及び実況値の情報について、メール配信サービスが下記より無料でご利用になれます。(但し、情報取得にかかる通信料(利用登録、ホームページの閲覧、メール送受信にかかる料金)は利用者の負担となります。)  
(なお、このサービスは、環境省が実施するものではありません。)

暑さ指数メール配信サービス申し込み

### 暑さ指数メール配信サービス(熱中症予防情報メール)



### 希望地点選択画面

- 観測地点を選択**  
全国840地点から地点を選択可能。(5地点まで)
- 配信レベルを設定**  
メール配信を行う暑さ指数のレベルを5段階で設定  
(5段階: 危険 厳重警戒 警戒 注意 すべて)
- 配信情報を設定**  
・暑さ指数予測値: 1日1回 6時~20時の間で配信時間を指定可能  
・暑さ指数実況値: 1時間に1回/1日1回 から選択可能

#### 観測地点を選択

観測地点	地方	都道府県・市区	観測地点
北海道地方	道庁	市町村別	
東北地方	県別	市町村別	全国840地点から選択
関東地方	都道府県別	市町村別	5地点まで設定可能
中部地方	都道府県別	市町村別	
近畿地方	都道府県別	市町村別	
中国地方	都道府県別	市町村別	
四国地方	都道府県別	市町村別	
九州地方	都道府県別	市町村別	

#### 配信レベル・配信情報を設定

観測地点

配信するレベルを選択  
危険(31℃以上)  
厳重警戒(28℃以上)  
警戒(25℃以上)  
注意(21℃以上)  
すべて(17℃以上)

配信するレベルを選択  
危険(31℃以上)  
厳重警戒(28℃以上)  
警戒(25℃以上)  
注意(21℃以上)  
すべて(17℃以上)

「予測値」を選択  
「実況値」を選択

「予測値」の配信時間を指定  
「予測値を配信しない」を選択  
「実況値を配信しない」を選択  
「1日1回」を選択する配信スケジュール

【注意】  
・「実況値」「予測値」メール配信の配信時間: 毎日1回配信されます。  
・1日1回配信されます。

### 発信情報サンプル

#### 配信メール画面サンプル

**暑さ指数予測値** を選択  
1日1回、指定した時間に翌々日までの暑さ指数予測値を配信

送出人 熱中症予防情報メール  
件名 熱中症予防情報(予測値) (2014/05/23)  
宛先 [アドレス]

※ 熱中症予防情報(予測値)

\*\*\*\*\* 自動通知メール 石垣島(沖縄) \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* 熱中症予防情報(予測値) \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* 2014/05/23 08時の暑さ指数予測 \*\*\*\*\*

暑さ指数が31を超え情報がありません。

5/23	24.9
8時 25	24.8
9時 25	24.7
12時 29	24.8
18時 31.5 *	24.9
18時 28	25.3
21時 27	25.7
24時 25	28.2

5/24

3時 25	28.8
8時 24	29.6
9時 31.5 *	31.5
12時 29	30.5
18時 28	28
21時 欠測	
24時 25	

5/25

3時 24	28
8時 23	25
12時 31 *	31
15時 30	28
18時 27	28
21時 27	28
24時 28	

\*\*\*\*\* 暑さ指数(WBGT)とは \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* WBGTと気団別の指標は、屋外行動のための目安であり、WBGTそのものが低い場合でも、周囲の環境、当日の体調、屋外での作業内容などに十分に注意して、熱中症による事故が起らないよう十分に注意して行動して下さい。 \*\*\*\*\*

○危険(31℃以上)  
WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。

○厳重警戒(28~31℃\*)  
WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運用を避ける。  
ご注意ください。  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

\*\*\*\*\* 暑さ指数メールの概要・解説はこちら \*\*\*\*\*  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

※ 利用情報等の変更・解除はこちら  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

※ 本メールへのご返信はできませんので、ご了承ください。

**暑さ指数実況値** を選択  
1時間に1回または1日に1回、最新の暑さ指数実況値を配信

送出人 熱中症予防情報メール  
件名 熱中症予防情報(実況値)(2014/05/23 12時)  
宛先 [アドレス]

\*\*\*\*\* 熱中症予防情報(実況値) \*\*\*\*\*

\*\*\*\*\* 自動通知メール 石垣島(沖縄) \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* 熱中症予防情報(実況値) \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* 2014/05/23 12時の暑さ指数 \*\*\*\*\*

暑さ指数が31を超え情報がありません。

1時 24.9
2時 24.8
3時 24.7
4時 24.8
5時 24.9
6時 25.3
7時 25.7
8時 28.2
9時 28.8
10時 29.6
11時 31.5 *
12時 31.5 *

\*\*\*\*\* 暑さ指数(WBGT)とは \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* WBGTと気団別の指標は、屋外行動のための目安であり、WBGTそのものが低い場合でも、周囲の環境、当日の体調、屋外での作業内容などに十分に注意して、熱中症による事故が起かないよう十分に注意して行動して下さい。 \*\*\*\*\*

○危険(31℃以上)  
WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。

○厳重警戒(28~31℃\*)  
WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運用を避ける。  
ご注意ください。  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

\*\*\*\*\* 暑さ指数メールの概要・解説はこちら \*\*\*\*\*  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

※ 利用情報等の変更・解除はこちら  
<https://www.wbgt-env.go.jp/kit/sebel.html>

※ 本メールへのご返信はできませんので、ご了承ください。

# 熱中症警戒アラートメール配信サービス

ホーム 全国の暑さ指数 熱中症警戒アラート 暑さ指数について 熱中症対策 普及啓発資料 関係府庁の取組

ホーム ▶ 熱中症警戒アラート > 熱中症警戒アラートメール配信サービス

### 熱中症警戒アラート

発表状況と発表履歴

熱中症警戒アラートとは

熱中症警戒アラートが  
発表されたら

熱中症警戒アラート  
メール配信サービス  
アラート発表をメールでお知らせ

#### 提供情報 (例)

発出人 熱中症警戒アラートメール <env@sg-p.jp>  
件名 熱中症警戒アラート  
宛先 [redacted]

熱中症警戒アラート

- 発表日時: 2021年8月10日16時43分
- 発表官署: 環境省 気象庁
- 情報形態: 発表
- 概要: 埼玉熱中症警戒アラート

埼玉県では、明日(11日)は、熱中症の危険性が高い気象状況になることが予測されます。外出はなるべく避け、室内をエアコン等で涼しい環境にして過ごしてください。  
また、特別の場合\*以外、運動は行わないようにしてください。身近な場所での暑さ指数を確認していただき、熱中症予防のための行動をとってください。

この情報は暑さ指数(WBGT)を3.3以上と予測したときに発表する情報です。予測対象日の前日17時頃または当日5時頃に発表します。

予測対象日の前日に情報(第1号)を発表した都道府県では、当日の予測が3.3未満に低下した場合でも5時頃にも情報(第2号)を発表し、熱中症への警戒が緩むことのないよう注意を呼びかけます。

熱中症警戒アラート、暑さ指数、熱中症予防に関する情報は、  
環境省熱中症予防情報サイトをご参照ください。  
<https://www.wbgt.env.go.jp/>

暑さ指数のメール配信サービスも提供しています。  
[https://www.wbgt.env.go.jp/mail\\_service.php](https://www.wbgt.env.go.jp/mail_service.php)

詳しい説明

サービス(無料)

(バイザー(株)による外部サービス)の紹介  
ました。

信するサービスが、下記  
ページの閲覧、メール送  
環境省が運営するものではな

暑さ指数メール配信  
サービス申し込み

# 暑さ指数電子情報提供サービス

ホーム 全国の暑さ指数 熱中症警戒アラート 暑さ指数について 熱中症対策 普及啓発資料 関係府庁の取組

ホーム ▶ 全国の暑さ指数 > 暑さ指数電子情報提供サービス

### 全国の暑さ指数(WBGT)

暑さ指数の実況と予測

暑さ指数ランキング

暑さ指数メール配信サービス

暑さ指数電子情報提供サービス

地図表示・グラフや日表

日時エリア別のランキング

個人向けのメール通知

事業者向けのCSVファイル提供

#### 発信情報



マニュアル取得

日	時	都道府県	WBGT	危険度
2021/7/1	0:00	1	18.2	19.5
2021/7/1	0:00	2	18.3	19.5
2021/7/1	0:00	3	18.5	19.7
2021/7/1	0:00	4	18.5	19.9
2021/7/1	0:00	5	18.4	20.0
2021/7/1	0:00	6	19.1	22.2
2021/7/1	0:00	7	20.4	25.2
2021/7/1	0:00	8	20.1	25.9
2021/7/1	0:00	9	20.9	27.6
2021/7/1	0:00	10	20.9	28.4
2021/7/1	0:00	11	20.9	28.4
2021/7/1	0:00	12	20.9	28.4
2021/7/1	0:00	13	21.5	29.4
2021/7/1	0:00	14	21.4	29.2
2021/7/1	0:00	15	21.4	29.2
2021/7/1	0:00	16	21.4	29.2
2021/7/1	0:00	17	21.1	28.6
2021/7/1	0:00	18	20.2	25.2
2021/7/1	0:00	19	20.2	25.2
2021/7/1	0:00	20	20.2	25.2
2021/7/1	0:00	21	19.8	19.4
2021/7/1	0:00	22	19.3	19.2
2021/7/1	0:00	23	19.2	19.2
2021/7/1	0:00	24	19.2	19.2
2021/7/1	0:00	25	19.2	19.2
2021/7/1	0:00	26	19.2	19.2
2021/7/2	0:00	27	19.4	19.1
2021/7/2	0:00	28	19.3	19.1

データ取得

電子情報提供サービス  
申し込みページリンク

情報提供サービスの紹介です。令和3年度は4

# 普及啓発資料等

令和2年度に「熱中症警戒アラート」のポスター、「暑さ指数計の使い方」を追加

熱中症対策に関する普及啓発資料等をダウンロードして自由に使用可能

## 熱中症警戒アラート

令和3年4月から、熱中症予防に関する情報「熱中症警戒アラート」を新たに全国で開始します。熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の前日夕方または当日早朝に都道府県ごと（※北海道、鹿児島、沖縄は府県予報区単位）に発表されます。発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。

### 熱中症警戒アラート 新たに全国展開中！（リーフレット）



資料ダウンロード [PDF 1.29MB] - 2021年7月 -

リーフレット中で、熱中症対策についての関係府庁の取組を紹介しています。

### 熱中症警戒アラート 発表時の予防行動（リーフレット）



資料ダウンロード [PDF 1.50MB] - 2021年3月 -

### 熱中症警戒アラート（ポスター）



資料ダウンロード [PDF 3.4MB] - 2021年3月 -

A2判サイズのポスターです。

### 熱中症対策にエアコンの試運転を！（リーフレット）



資料ダウンロード [PDF 769KB] - 2021年4月 -

下記リンク先も、あわせてご参照ください。  
「夏を迎える前のエアコン試運転の重要性について」（経済産業省）

## 新しい生活様式の熱中症予防行動

新型コロナウイルスの出現に伴い、今後は、一人一人が感染防止の3つの基本である[1]身体的距離の確保、[2]マスクの着用、[3]手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の対策をこれまで以上に取入れた生活様式を実践することが求められています。

今夏も、これまでとは異なる生活環境下であることから、例年以上に熱中症に気を付けることが重要です。十分な感染対策を行いながら、熱中症予防対策をこれまで以上に心がける必要があります。必要な熱中症予防行動について、環境省と厚生労働省において資料を作成いたしましたのでご活用下さい。

### 熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に！（リーフレット・3色）



資料ダウンロード（オレンジ）（青）（黄色） [PDF] - 2021年6月改訂 -  
※同じ内容の色違いです。

## 補足

下記のウェブサイトもご参照ください。

- 厚生労働省: [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/hunya/kenkou\\_jinyou/kenkou/hettyuu/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/hunya/kenkou_jinyou/kenkou/hettyuu/index.html)
- スポーツ庁: [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/sports/mcstat005/isa\\_00010.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcstat005/isa_00010.html)

## マニュアル・ガイドライン

### 熱中症環境保健マニュアル



資料ダウンロード [PDF] - 2022年3月改訂 -

環境省が作成し、公表している保健活動にかかわる方々向けの保健指導マニュアル。「熱中症とは何か」「熱中症を防ぐためには」「保健指導のあり方」等について紹介しています。

### 夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン



資料ダウンロード [PDF] - 2020年3月改訂 -

このガイドラインは、イベントの主催者や施設の管理者に向けて書かれたものです。暑い時期に開催されるイベントで熱中症患者の発生をできる限り防ぐため、参考となるデータや対策などを取りまとめています。本ガイドラインは「熱中症環境保健マニュアル」と併せて活用してください。

### まちなかの暑さ対策ガイドライン

資料ダウンロード [PDF] - 2018年3月改訂 -

本ガイドラインは、まちなかの暑さ対策を推進することを目的として、公表されました。人が感じる暑さについて科学的な情報を分かりやすく伝えるとともに、効果的な暑さ対策の実施方法についてその考え方を示し、関連する技術情報等を紹介しています。

### 熱中症予防対策ガイダンス

資料ダウンロード 本編 [PDF 7.8MB] 参考資料1 [PDF 126KB] 参考資料2 [PDF 4.9MB] - 2021年4月 -

環境省では、地方自治体、施設管理者、企業、イベント主催者等の幅広い主体によるそれぞれの地域・社会の仕組みに対応した熱中症予防対策を推進するため、2019年度～2020年度に「熱中症予防対策ガイダンス策定事業」を実施しました。本書は、同事業において熱中症予防対策事業実施の考え方や進め方を整理し、実施した実証事業（全16件）における効果検証と、熱中症予防対策の優れた取組事例をとりまとめたものです。

実証事業の詳細については「参考資料1」「参考資料2」をご参照ください。

### 学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き



資料ダウンロード 本編 [PDF 8.3MB] 概要版 [PDF 1.1MB] Q&A [PDF 64KB] パンフレット [PDF 0.98MB] - 2021年5月 -

今般、環境省と文部科学省は、教育委員会等の学校設置者等が作成する熱中症対策に係る学校向けのガイドラインの作成・改訂に資するよう、初めて「学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き」を作成しました。各教育委員会等の学校設置者等におかれましては、各地域の特性等を踏まえ、本手引きの内容を参考に独自の熱中症対策のガイドラインの作成・改訂に御活用ください。

## リーフレット・ポスター

### 熱中症 ～ご存じですか？ 予防・対処法～



資料ダウンロード [PDF 2.4MB] - 2018年3月作成 -

熱中症の症状、予防法、対処法等について、分かりやすくまとめられたリーフレットです。予防・対処法のページは、そのまま掲示いただくことも可能です。