

広島県及び県内保健所設置市 熱中症予防対策担当部局 御中

環境省大臣官房環境保健部環境安全課
環境省水・大気環境局大気環境課大気生活環境室

被災住民等の熱中症対策について（周知依頼）

「令和3年7月1日からの大雨」によって被災された皆様に対し、心からお見舞い申し上げます。今般の大雨に伴い、被災住民の皆様向けの避難所の運営やボランティア活動等がなされることとなりますが、今後、気温や湿度が高い日には、生活環境、作業内容、体調等の状況次第で被災住民やボランティア等の方々が熱中症にかかる危険性が高まるため、十分に対策を行うことが重要です。さらに停電等が発生し、冷房器具が使用できない状況においては一層注意が必要です。

また、今年度も昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症に係る「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』」に基づき、一人ひとりが感染防止の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」の実施や「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。災害時においても、十分な新型コロナウイルス感染症予防を行いながら、熱中症予防を実施することが必要です。

さらに熱中症予防のためには、防災担当部局やボランティア担当部局、災害ボランティアセンターを運営する社会福祉協議会及びNPO・ボランティア団体とも十分連携の上、可能な範囲で、目にとまる避難所の入り口や掲示板等に、暑さ指数（WBGT）を表示していただき、避難者やボランティアの方々に対して熱中症への注意喚起を実施いただきますよう、関係者等（県におかれては、保健所設置市を除く貴管下市町村等を含む。以下同じ。）に周知をお願いします。なお、特に体調の変化に気付きにくい高齢者や子ども等はより注意が必要なので積極的に声かけ等を行い、熱中症予防対策を実施していただきますようお願い申し上げます。

以上のことにつき、熱中症予防対策担当部局におかれては防災担当部局等がよく連携して、別紙1～3の内容について、関係者等に対し周知いただき、被災住民の皆様等における熱中症予防行動が徹底されますようお願いいたします。

別紙1：災害時の熱中症予防 ～避難生活・片付け作業時の注意点～

別紙2：「新しい生活様式」における熱中症予防行動について

別紙3：避難所等での暑さ指数（WBGT）の表示方法及び表示例について

参考資料：「今夏の災害発生時における熱中症対策について」（令和3年6月23日関係府省庁事務連絡）

事務連絡：https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/notice/20210623_notice.pdf

別紙1：https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/notice/20210623_notice_a1.pdf

別紙2：https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/notice/20210623_notice_a2.pdf

災害時の熱中症予防

～避難生活・片付け作業時の注意点～

熱中症は、死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適切な予防・対処を行えば、防ぐことができます。災害時には、慣れない環境や作業で熱中症のリスクは高くなりますので、お互いに声をかけながら、十分に注意しましょう。

1. 熱中症を予防するためには…



① 暑さを避けましょう

涼しい服装、日傘や帽子、また、在宅避難等の場合はクーラーの積極的な活用を。停電が長引く可能性がある場合、特に高齢者、子ども、障害者の方々は、冷房設備が稼働している避難所への避難も検討しましょう。

② のどが渇いていなくてもこまめに水分をとりましょう

③ 暑さに関する情報を確認しましょう

身の回りの気温・湿度・暑さ指数(WBGT)^(※)の確認を。「熱中症警戒アラート」(令和3年度から全国展開)も活用を。



④ 屋外で人と2m以上離れているときはマスクをはずしましょう

暑熱環境でのマスク着用は熱中症のリスクを高めます。新型コロナウイルス感染症予防と熱中症予防を両立させましょう。

避難生活における注意点

- ◆被災や避難生活に伴う疲労・体調不良・栄養不足等により熱中症のリスクが高くなる可能性があります。避難生活では**普段以上に体調管理**を心掛けましょう。
- ◆**高齢者、子ども、障害者**の方々は特に注意しましょう。

※やむを得ず車中泊をする場合、車両は**日陰や風通しの良い場所**に駐車しましょう。車用の**断熱シート**等も活用しましょう。また、**乳幼児等を車の中で一人にさせない**ようにしましょう。夜間等寝るときはエンジン等をつけたままにすることは避けましょう。

片付け等の作業時の注意点

- ◆作業開始前には**必ず体調を確認**し、体調が悪い場合は作業を行わないようにしましょう。
- ◆できるだけ**2人以上で作業**を行い、作業中は**お互いの体調を確認**するようにしましょう。
- ◆休憩・水分補給は、**一定時間毎**にとるようにしましょう。また、休憩時には、日陰等の**涼しい場所**を確保しましょう。
- ◆暑い時間帯の作業は**避け**ましょう。
- ◆汗をかいた時は**塩分の補給**も。

※「暑さ指数(WBGT)」気温・湿度・輻射(ふくしゃ)熱からなる熱中症の危険性を示す指標。



2. 熱中症が疑われるときには…

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、状況を確認して対処しましょう。最初の措置が肝心です。

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高温)

はい

チェック2 呼びかけに応えますか？

いいえ

救急車を呼ぶ

はい

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

はい

水分・塩分を補給する

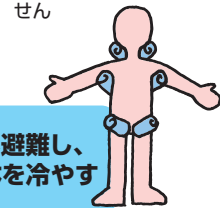
チェック4 症状がよくなりましたか？

いいえ

医療機関へ

はい

そのまま安静にして
十分に休息をとり、
回復したら帰宅しましょう



氷のう等があれば、首、脇の下、足のつけ根を集中的に冷やしましょう



本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう



大量に汗をかいている場合は、塩分が入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

体温を効果的に下げるための方法の例

- ・上着を脱がせ、服をゆるめて風通しを良くする。
- ・皮膚に濡らしたタオルやハンカチをあて、うちわや扇風機であおぐ。
- ・服の上から少しずつ冷やした水をかける。
- ・氷のうや冷えたペットボトルなどを、首、脇の下、足のつけ根にあてて冷やす。

「熱中症警戒アラート^(※)」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。

※熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される日に発表する情報。令和3年度から全国展開。

QRコード



熱中症予防 × コロナ感染防止で

「新しい生活様式」を健康に！

「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の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手洗いの実施や「3密(密集、密接、密閉)」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

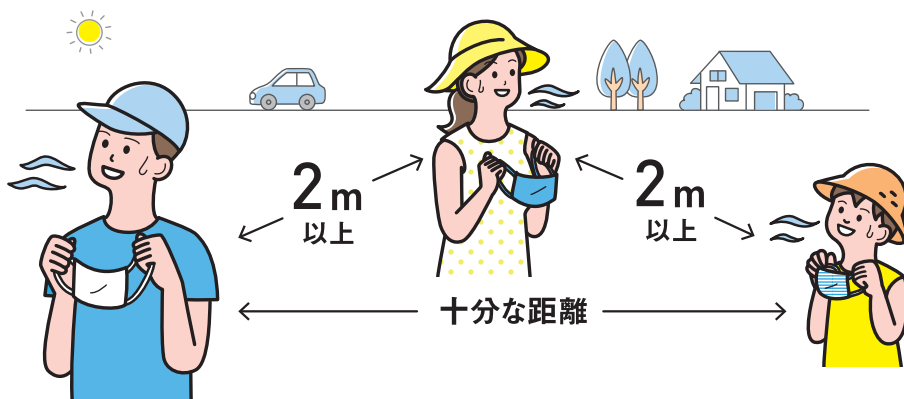
注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



熱中症を防ぐために

マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに！

屋外で

人と2m以上

(十分な距離)

離れている時

マスクをしてると
熱中症になりそう...

〔 マスク着用時は 〕



激しい運動は避けましょう

のどが渇いていなくても
こまめに水分補給をしましょう

気温・湿度が高い時は

特に注意しましょう



