

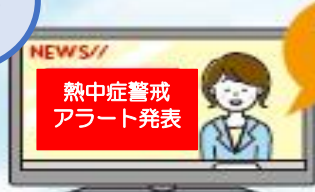


熱中症警戒アラート 全国運用中!

WBGT33
以上と
予測され
たとき
発令

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日の
前日夕方又は当日早朝に都道府県毎に発表。
テレビ、防災無線、SNS で発信。

報道機関
(テレビ・
ラジオ)



〇〇県で熱中症警戒アラートが
発表されました。
明日は熱中症予防行動を
徹底しましょう。



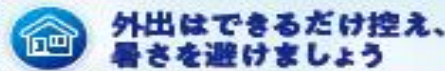
熱中症とは

暑い環境で体温の調整ができなくなった状態。めまい・吐気・頭痛・筋肉痛・失神等
最悪、**死に至る**。下記のような予防行動で防ぐことができる。

熱中症警戒アラート発表時は**徹底した予防行動**を!



- 昼夜を問わず、エアコン等を使用



- 暑さを避けることが最重要
- 不要不急の外出はできるだけ避ける



- 高齢者、子供、持病・肥満・障害者等は熱中症になりやすい方々。
夜間を含むエアコン使用やこまめな水分補給等を行うよう声掛けを



- 身の回りの暑さ指数に応じて屋外やエアコン等が設置のない屋内での運動は、原則中止や延期



- 喉が渇く前にこまめに水分・塩分補給(目安:1.2L/日)
- 屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合、適宜マスクを外す
- 涼しい服装



暑さ指数
(WBGT)とは

気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標
「危険」「厳重警戒」「警戒」「注意」「ほぼ安全」の5段階段階ごと熱中症を予防の生活や運動の目安が示されている。

参考：環境省 [環境省熱中症予防情報サイト](https://www.env.go.jp/) 普及啓発資料のダウンロード (env.go.jp)

政府の熱中症対策

熱中症対策行動計画：令和4年度目標 適切な熱中症予防行動のより一層の定着



高齢者等の屋内における熱中症対策の強化

- 高齢者のための熱中症対策
[heatillness_leaflet_senior_2021.pdf](https://env.go.jp/heatillness_leaflet_senior_2021.pdf) (env.go.jp)



管理者がいる場等における熱中症対策の促進

- 学校関係の熱中症情報



- 農作業中の熱中症対策



- スポーツの熱中症対策



- 防災における熱中症対策



- 学ぼう！備えよう！職場の仲間を守ろう！
職場における熱中症予防情報



- 災害時情報提供アプリ「Safety tips」



For Android For iPhone

新型コロナウイルス感染症対策と熱中症対策の両立

- 熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に



地域における連携強化

- 熱中症に関する気象情報



- 熱中症から身を守るために



- 夏季における熱中症による救急搬送状況



- 健康・医療関係の熱中症情報



その他

- エアコンの早期の試運転について



- ヒートアイランド対策



- 無理のない省エネ生活



マイボトルで熱中症予防を!

