

県民の健康を守るための熱中症予防

公益社団法人福岡県医師会

1. 目的
2. 全国の熱中症による救急搬送状況
3. 福岡県の熱中症による救急搬送状況
4. 熱中症予防
5. まとめ
6. 参考情報

1. 目的

なぜ今、熱中症予防が必要なのか？

- 今年も厳しい暑さが予想される中、熱中症による健康被害の拡大と医療現場の負担増加が懸念されています。
- 特に、高齢者や持病のある方は重症化しやすく、早期の予防が重要です。

そこで県民の皆さまに、

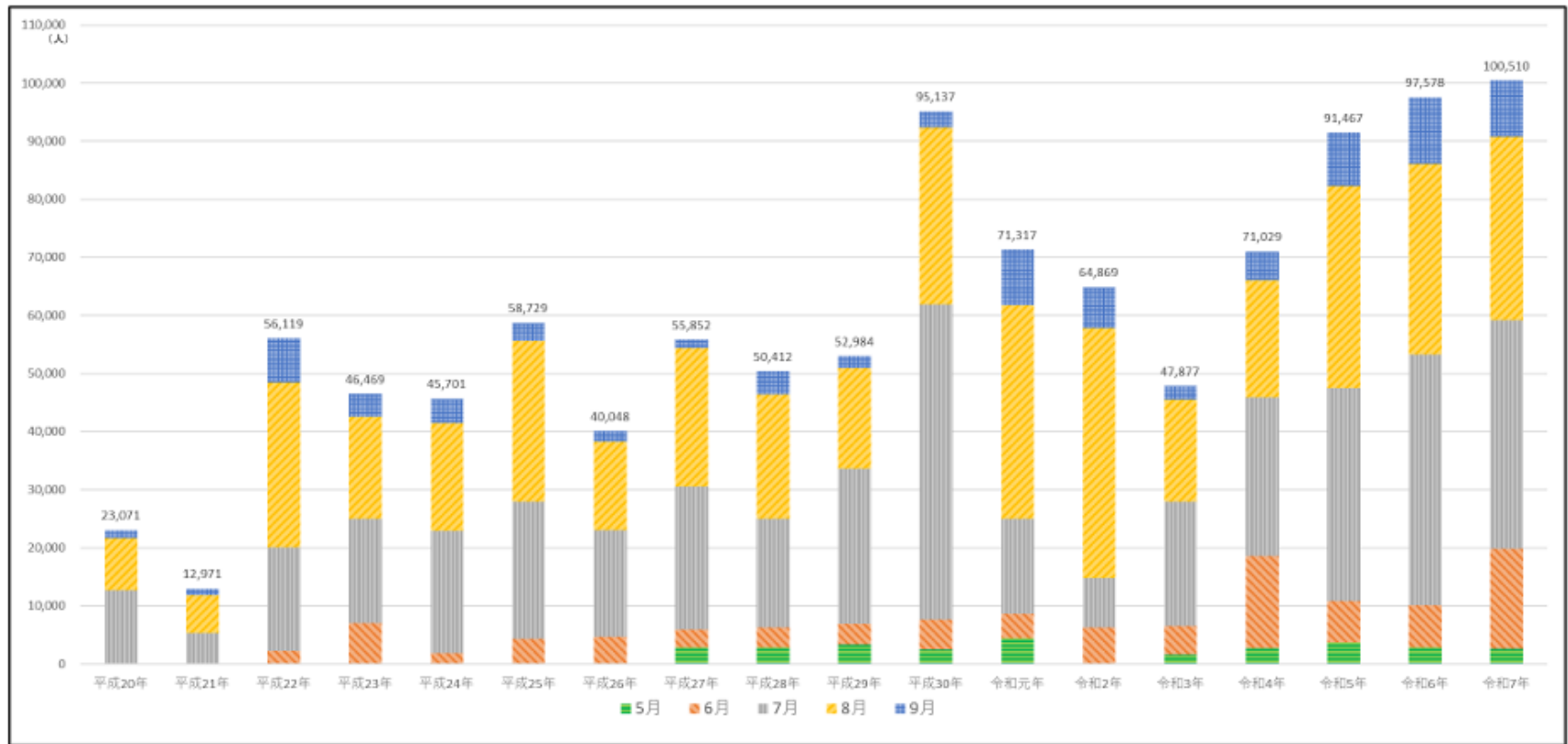
- 熱中症予防の正しい知識と実践方法
- 家庭や地域でできる予防行動の推進

について呼びかけることを目的としています。



2. 全国の熱中症による救急搬送状況①

①総数(平成20年～令和7年)

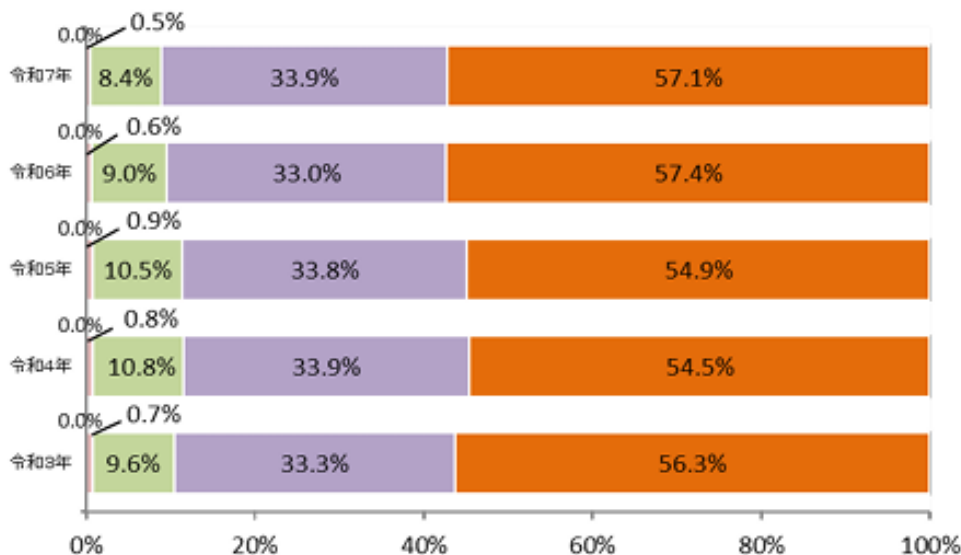


| | 平成20年 | 平成21年 | 平成22年 | 平成23年 | 平成24年 | 平成25年 | 平成26年 | 平成27年 | 平成28年 | 平成29年 | 平成30年 | 令和元年 | 令和2年 | 令和3年 | 令和4年 | 令和5年 | 令和6年 | 令和7年 |
|----|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|---------|
| 5月 | 調査データなし | | | | | | | 2,904 | 2,788 | 3,401 | 2,427 | 4,448 | 調査データなし | 1,626 | 2,668 | 3,655 | 2,799 | 2,614 |
| 6月 | 調査データなし | 2,276 | 6,980 | 1,837 | 4,265 | 4,634 | 3,032 | 3,558 | 3,481 | 5,269 | 4,151 | 6,336 | 4,945 | 15,969 | 7,235 | 7,275 | 17,229 | |
| 7月 | 12,747 | 5,294 | 17,750 | 17,963 | 21,082 | 23,699 | 18,407 | 24,567 | 18,671 | 26,702 | 54,220 | 16,431 | 8,388 | 21,372 | 27,209 | 36,549 | 43,195 | 39,375 |
| 8月 | 8,857 | 6,495 | 28,448 | 17,566 | 18,573 | 27,632 | 15,183 | 23,925 | 21,383 | 17,302 | 30,410 | 36,755 | 43,060 | 17,579 | 20,252 | 34,835 | 32,806 | 31,526 |
| 9月 | 1,467 | 1,182 | 7,645 | 3,960 | 4,209 | 3,133 | 1,824 | 1,424 | 4,012 | 2,098 | 2,811 | 9,532 | 7,085 | 2,355 | 4,931 | 9,193 | 11,503 | 9,766 |
| 合計 | 23,071 | 12,971 | 56,119 | 46,469 | 45,701 | 58,729 | 40,048 | 55,852 | 50,412 | 52,984 | 95,137 | 71,317 | 64,869 | 47,877 | 71,029 | 91,467 | 97,578 | 100,510 |

2. 全国の熱中症による救急搬送状況②

②年齢区分別の救急搬送人員(令和3年～令和7年)

年齢区分別(構成比)



| | 年齢区分別(人) | | | | | |
|------|----------|------|-------|--------|--------|---------|
| | 新生児 | 乳幼児 | 少年 | 成人 | 高齢者 | 合計 |
| 令和7年 | 3 | 531 | 8,447 | 34,096 | 57,433 | 100,510 |
| | 0.0% | 0.5% | 8.4% | 33.9% | 57.1% | 100% |
| 令和6年 | 2 | 601 | 8,787 | 32,222 | 55,966 | 97,578 |
| | 0.0% | 0.6% | 9.0% | 33.0% | 57.4% | 100% |
| 令和5年 | 5 | 796 | 9,583 | 30,910 | 50,173 | 91,467 |
| | 0.0% | 0.9% | 10.5% | 33.8% | 54.9% | 100% |
| 令和4年 | 2 | 566 | 7,636 | 24,100 | 38,725 | 71,029 |
| | 0.0% | 0.8% | 10.8% | 33.9% | 54.5% | 100% |
| 令和3年 | 7 | 359 | 4,610 | 15,959 | 26,942 | 47,877 |
| | 0.0% | 0.7% | 9.6% | 33.3% | 56.3% | 100% |

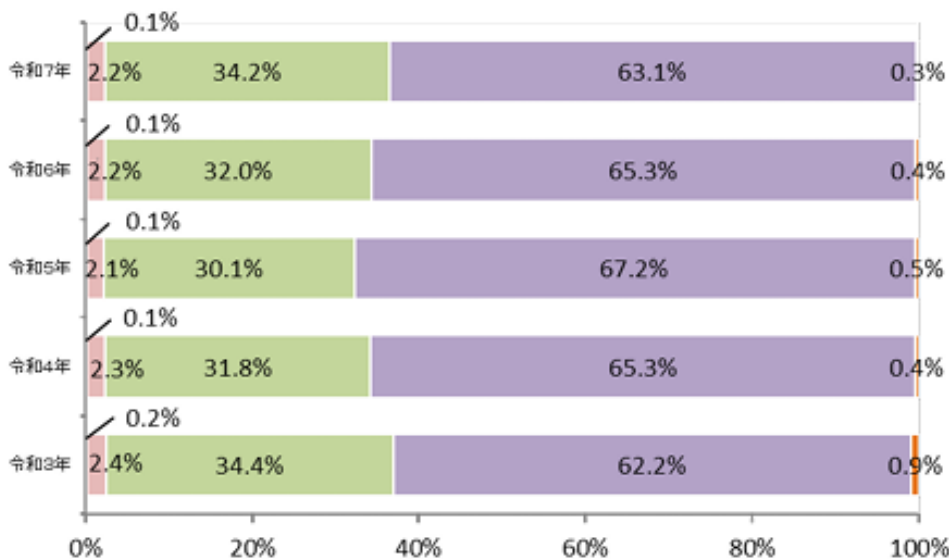
- 新生児: 生後28日未満の者
- 成人: 満18歳以上満65歳未満の者
- 乳幼児: 生後28日以上満7歳未満の者
- 高齢者: 満65歳以上の者
- 少年: 満7歳以上満18歳未満の者

(総務省消防庁 令和7年(5月から9月)の熱中症による救急搬送状況より)

2. 全国の熱中症による救急搬送状況③

③医療機関での初診時における傷病程度別の救急搬送人員(令和3年～令和7年)

初診時における傷病程度別(構成比)



| | 初診時における傷病程度別(人) | | | | | |
|------|-----------------|-------|--------|--------|-----|---------|
| | 死亡 | 重症 | 中等症 | 軽症 | その他 | 合計 |
| 令和7年 | 117 | 2,217 | 34,399 | 63,447 | 330 | 100,510 |
| 令和6年 | 120 | 2,178 | 31,194 | 63,718 | 368 | 97,578 |
| 令和5年 | 107 | 1,889 | 27,545 | 61,456 | 470 | 91,467 |
| 令和4年 | 80 | 1,633 | 22,586 | 46,411 | 319 | 71,029 |
| 令和3年 | 80 | 1,143 | 16,463 | 29,758 | 433 | 47,877 |

■ 死 亡 初診時において死亡が確認されたもの

■ 重 症 (長期入院) 傷病程度が3週間以上の入院加療を必要とするもの

■ 中 等 症 (入院診療) 傷病程度が重症または軽症以外のもの

■ 軽 症 (外来診療) 傷病程度が入院加療を必要としないもの

■ そ の 他 医師の診断がないもの及び傷病程度が判明しないもの、その他の場所へ搬送したもの

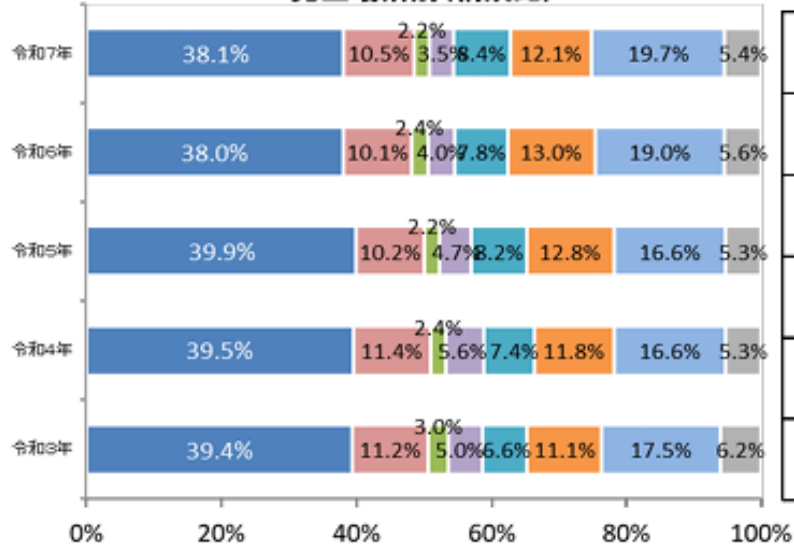
※なお、傷病程度は入院加療の必要程度を基準に区分しているため、軽症の中には早期に病院での治療が必要だった者や通院による治療が必要だった者も含まれる。

(総務省消防庁 令和7年(5月から9月)の熱中症による救急搬送状況より)

2. 全国の熱中症による救急搬送状況④

④発生場所別の救急搬送人員(令和3年～令和7年)

発生場所別(構成比)



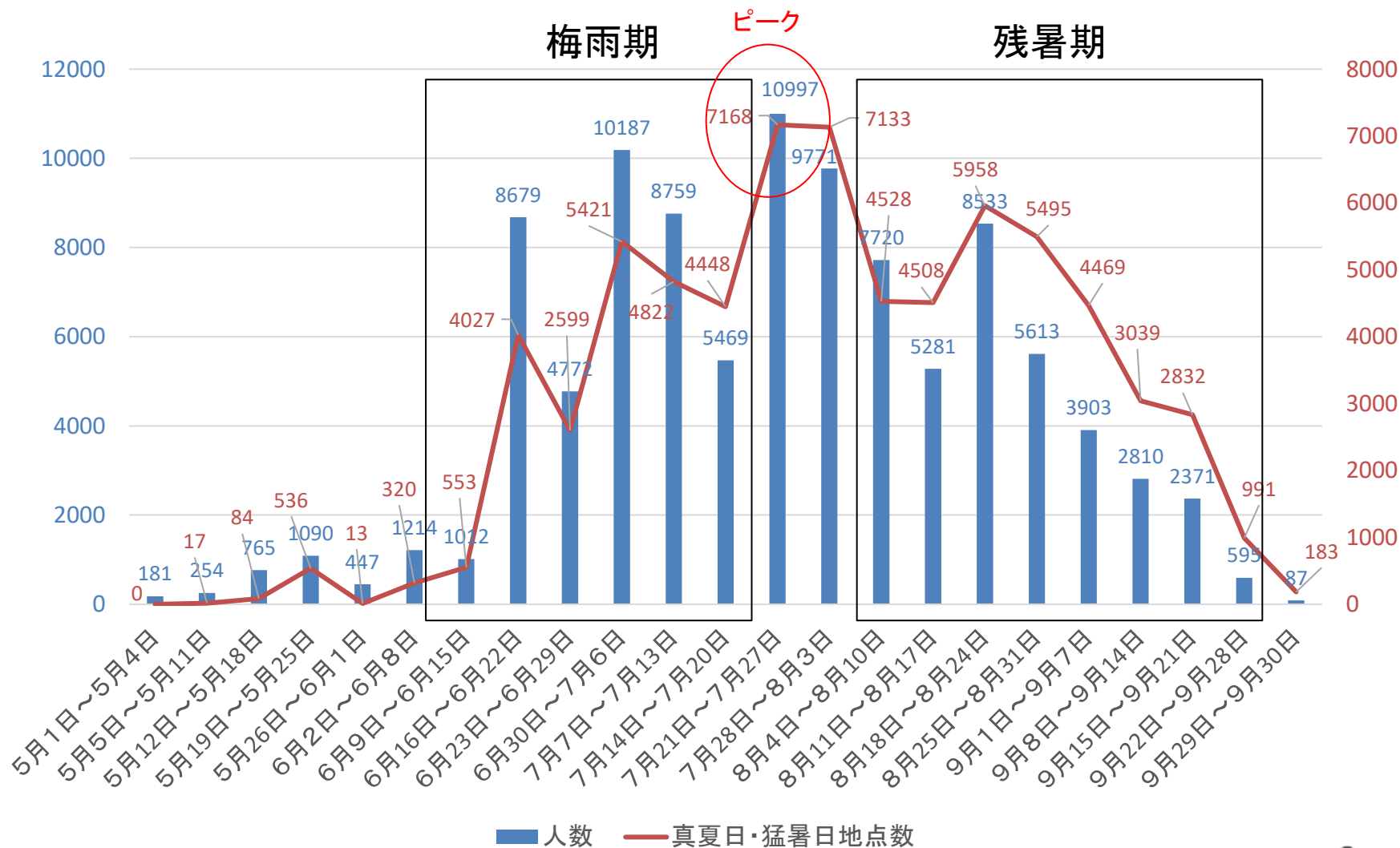
| | 発生場所別(人) | | | | | | | | |
|------|----------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|---------|
| | 住居 | 仕事場① | 仕事場② | 教育機関 | 公衆(屋内) | 公衆(屋外) | 道路 | その他 | 合計 |
| 令和7年 | 38,292 | 10,559 | 2,226 | 3,553 | 8,462 | 12,175 | 19,773 | 5,470 | 100,510 |
| | 38.1% | 10.5% | 2.2% | 3.5% | 8.4% | 12.1% | 19.7% | 5.4% | 100% |
| 令和6年 | 37,116 | 9,870 | 2,332 | 3,885 | 7,644 | 12,727 | 18,576 | 5,428 | 97,578 |
| | 38.0% | 10.1% | 2.4% | 4.0% | 7.8% | 13.0% | 19.0% | 5.6% | 100% |
| 令和5年 | 36,541 | 9,324 | 2,013 | 4,310 | 7,497 | 11,742 | 15,186 | 4,854 | 91,467 |
| | 39.9% | 10.2% | 2.2% | 4.7% | 8.2% | 12.8% | 16.6% | 5.3% | 100% |
| 令和4年 | 28,064 | 8,127 | 1,690 | 3,975 | 5,248 | 8,368 | 11,807 | 3,750 | 71,029 |
| | 39.5% | 11.4% | 2.4% | 5.6% | 7.4% | 11.8% | 16.6% | 5.3% | 100% |
| 令和3年 | 18,882 | 5,369 | 1,421 | 2,404 | 3,172 | 5,298 | 8,378 | 2,953 | 47,877 |
| | 39.4% | 11.2% | 3.0% | 5.0% | 6.6% | 11.1% | 17.5% | 6.2% | 100% |

- 住居 (敷地内全ての場所を含む)
- 仕事場① (道路工事現場、工場、作業所等)
- 仕事場② (田畑、森林、海、川等 ※農・畜・水産作業を行っている場合のみ)
- 教育機関 (幼稚園、保育園、小学校、中学校、高等学校、専門学校、大学等)
- 公衆(屋内) 不特定者が出入りする場所の屋内部分 (劇場、コンサート会場、飲食店、百貨店、病院、公衆浴場、駅(地下ホーム)等)
- 公衆(屋外) 不特定者が出入りする場所の屋外部分 (競技場、各対象物の屋外駐車場、野外コンサート会場、駅(屋外ホーム)等)
- 道路 (一般道路、歩道、有料道路、高速道路等)
- その他 (上記に該当しない項目)

(総務省消防庁 令和7年(5月から9月)の熱中症による救急搬送状況より)

2. 全国の熱中症による救急搬送状況⑤

⑤各週の比較（令和7年5月1日～9月30日）



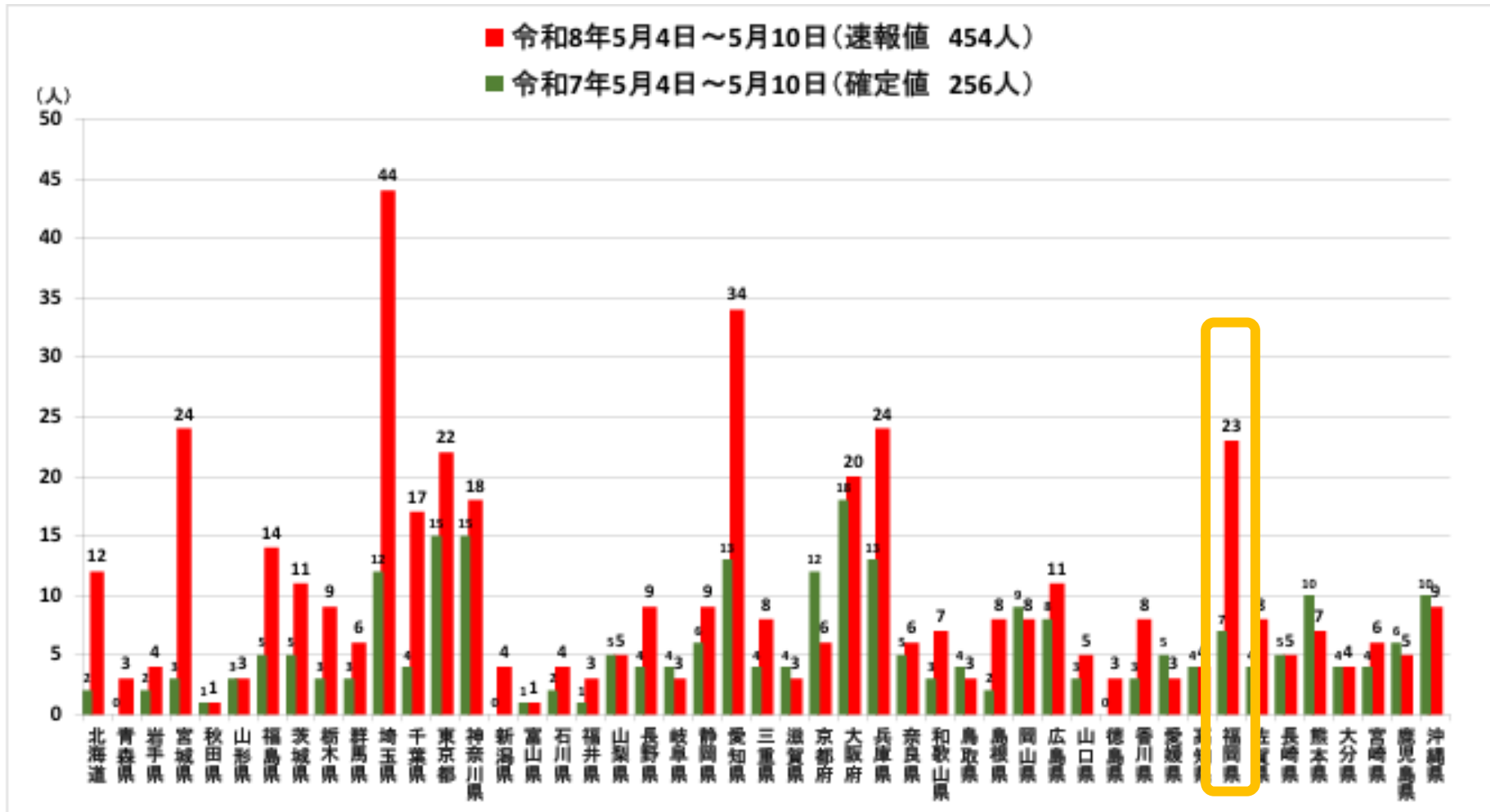
（総務省消防庁 令和7年（5月から9月）の熱中症による救急搬送状況より）

Fukuoka medical association



2. 全国の熱中症による救急搬送状況⑥

⑥週別推移(令和8年速報値)



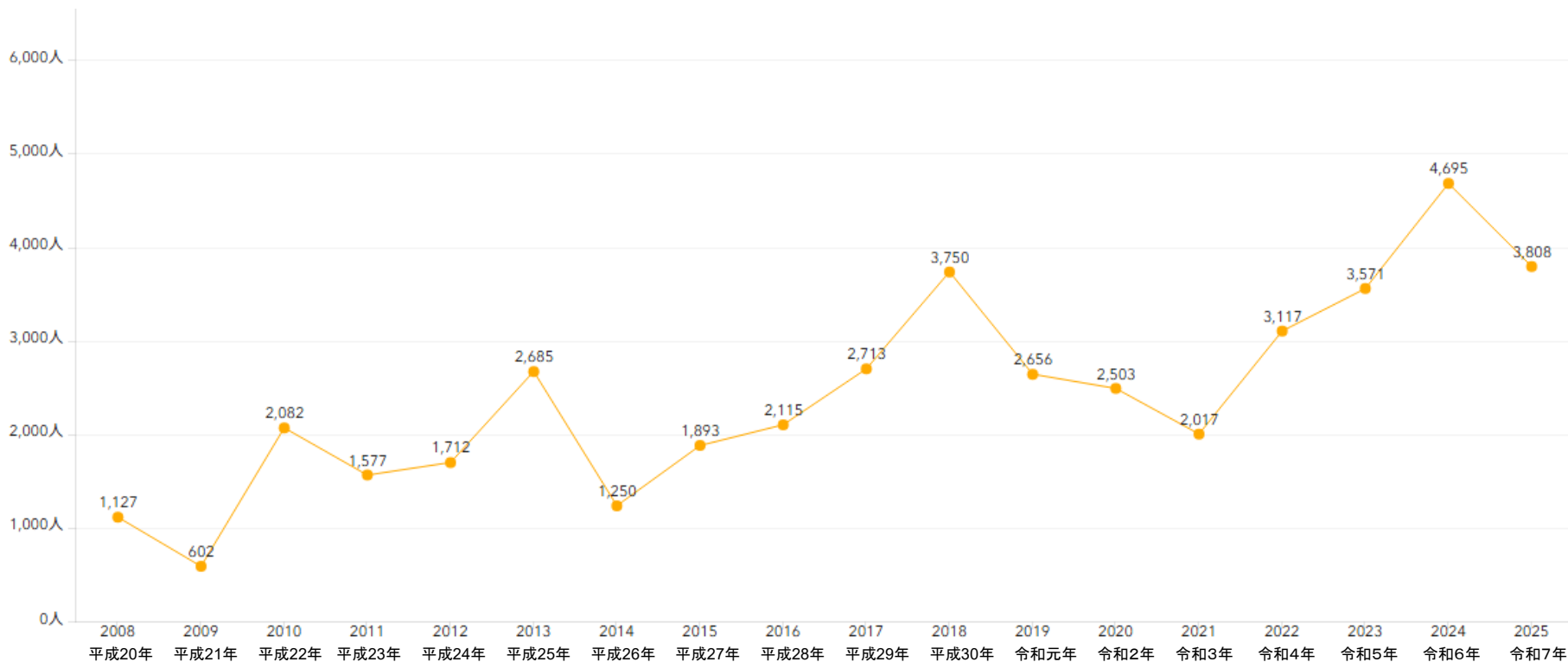
※速報値のため、後日修正されることもあります。

(総務省消防庁 熱中症による救急搬送人員(5月4日～5月10日速報値)より) Fukuoka medical association



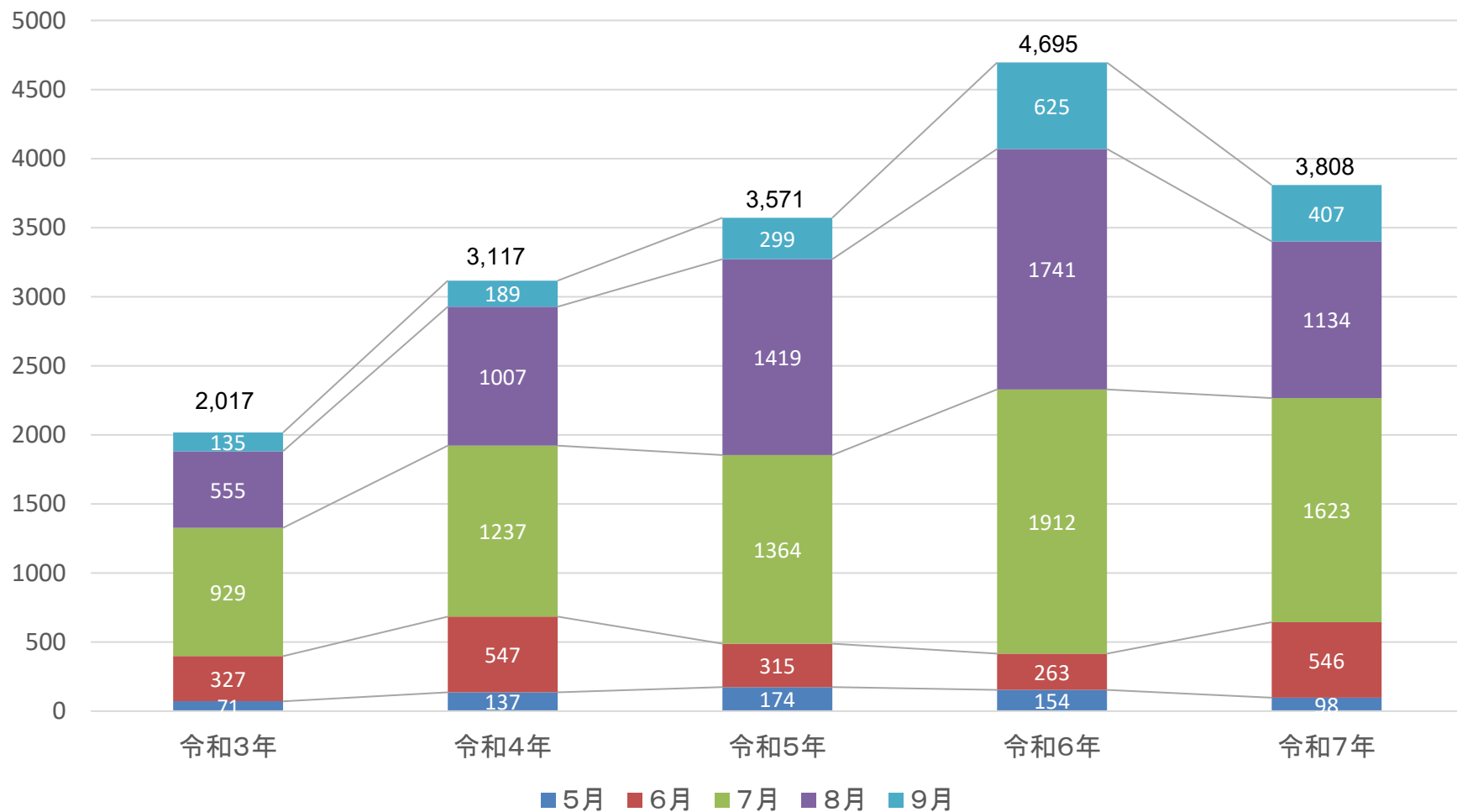
3. 福岡県の熱中症による救急搬送状況①

①熱中症発生数 経年変化(平成20年(2008年)～令和7年(2025年))



3. 福岡県の熱中症による救急搬送状況②

②総数(令和3年～令和7年)



(総務省消防庁 令和7年(5月から9月)の熱中症による救急搬送状況より)

Fukuoka medical association



4. 熱中症予防①

- ①一番の予防策は、気温・湿度の高い所に長く居ないこと
- ②猛暑日（気温35度以上）には外での運動や作業を控えること
- ③こまめに水分を取ること
- ④室内でも高温環境に注意すること
- ⚠ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節してください

4. 熱中症予防②



日本気象協会推進
熱中症ゼロへ®
2026



暑さに慣れて熱中症を予防しよう

暑熱順化ポイントマニュアル

暑熱順化とは

暑熱順化とは、体が暑さに慣れることです。
暑い日が続くと、体は次第に暑さに慣れて(暑熱順化)、暑さに強くなります。

暑熱順化による体の変化

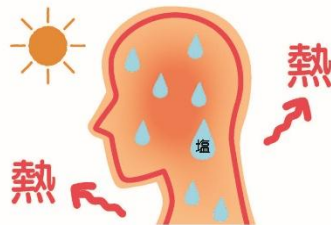
暑熱順化できていない時



- ・皮膚の血流量が増えにくく、熱放散しにくい
- ・汗に含まれる塩分が多く、ナトリウムを失いやすい
- ・体温が上昇しやすい など

熱中症になりやすい状態

暑熱順化できている時



- ・皮膚の血流量が増えやすく、熱放散しやすい
- ・汗に含まれる塩分が少なく、ナトリウムを失いにくい
- ・体温が上昇しにくい など

熱中症になりにくい状態

※暑熱順化ができていても、数日暑さから遠ざかると暑熱順化の効果はなくなってしまいます。
自分が暑熱順化できているかをいつも意識し、暑熱順化できていない時には、特に熱中症に注意しましょう。

暑熱順化に有効な対策

日常生活の中で運動や入浴をし、汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。
個人差もありますが暑熱順化には、数日から2週間程度かかります。
暑くなる前から暑熱順化のための動きや活動を始め、暑さに備えましょう。

日常生活でできる暑熱順化するための動きや生活

ウォーキング・ジョギング (帰宅時に一駅歩くなど)

| | |
|--------|-------|
| ウォーキング | ジョギング |
| 運動目安 | 運動目安 |
| 30分 | 15分 |
| 頻度目安 | |
| 週5回 | |



サイクリング

| |
|------|
| 運動目安 |
| 30分 |
| 頻度目安 |
| 週3回 |



適度な運動 (筋トレやストレッチなど 適度に汗をかくもの)

| |
|--------|
| 運動目安 |
| 30分 |
| 頻度目安 |
| 週5回~毎日 |



入浴 (シャワーだけでなく、湯船に入るもの)

| |
|-------|
| 頻度目安 |
| 2日に1回 |



※上記はあくまで目安となります。個人の体質・体調、その日の気温や室内環境に合わせて無理のない範囲で行ってください。運動時は水分や塩分を適宜補給して、熱中症に十分注意してください。

2026年度は下記のオフィシャルパートナー各社の協力により、啓発活動を実施します。

日本コカ・コーラ株式会社(アクエリアス、アクエリアス経口補水液)、株式会社空調服、カバヤ食品株式会社、
佐藤製薬株式会社(コンゲルローヤルアクア、コンゲル)、花王株式会社、株式会社くらこん、パナソニック株式会社、ニューウェルブランズ・ジャパン合同会社、
株式会社ワークマン(XShelter、ベルチェベスト)、株式会社しまむら(FIBER DRY、超COOL、COOL、ラクっと!快適)、
株式会社ケアリッツ・アンド・パートナーズ、いなばベトフード株式会社、株式会社ポーラメディカル、クラシエ薬品株式会社、味の素AGF株式会社

4. 熱中症予防③



日本気象協会推進
熱中症ゼロへ
2026

「熱中症ゼロへ」とは熱中症にかかる方を減らし、亡くなってしまふ方をゼロにすることを目指して、一般財団法人日本気象協会が推進するプロジェクトです。熱中症は、正しく対策をおこなうことで防げます。私達は、熱中症の発生に大きな影響を与える気象情報の発信を核に、より積極的に熱中症対策を呼びかけていきます。



※画像・文章の営利目的での利用や、無断で転載および複製等の行為はご遠慮ください。Copyright(C) 熱中症ゼロへ All Rights Reserved.

熱中症に特に注意が必要な時期



5月の暑い日

5月でも最高気温が25°C以上の夏日や、30°C以上の真夏日となることもあります。体がまだ暑さに慣れていないため熱中症に注意しましょう。



梅雨の晴れ間

梅雨で雨が降り、気温が下がると、それまでに暑熱順化していても元に戻ってしまいます。梅雨の晴れ間は、特に熱中症に注意が必要です。



梅雨明け

梅雨明け後は晴れて気温が高い日が続くことが多く、梅雨の間に暑熱順化できていないことで、熱中症による救急搬送者数が急増します。



お盆明け

休みの間に暑熱順化が戻ってしまう場合があります。また、帰省や移動などで疲れている場合にも、熱中症には注意が必要です。

暑熱順化チェックリスト

| 1.入浴 (シャワーだけでなく、湯船に入るもの) | 点数 |
|--|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 2日に1回以上入浴している | 3 |
| <input type="checkbox"/> 週に3日入浴している | 2 |
| <input type="checkbox"/> 週に1、2日入浴している | 1 |
| <input type="checkbox"/> 入浴することはほとんどない | 0 |
| 2.運動 (汗をかく程度のもの) | 点数 |
| <input type="checkbox"/> 週に5日以上している | 3 |
| <input type="checkbox"/> 週に3、4日している | 2 |
| <input type="checkbox"/> 週に1、2日程度している | 1 |
| <input type="checkbox"/> 運動はほとんどしていない | 0 |
| 3.その他の汗をかく行動 (運動・入浴以外の外出など) | 点数 |
| <input type="checkbox"/> 週5日以上あった | 3 |
| <input type="checkbox"/> 週3、4日以上あった | 2 |
| <input type="checkbox"/> 週1、2日以上あった | 1 |
| <input type="checkbox"/> 汗をかく機会がほとんどなかった | 0 |
| ①～③全ての点数を合計して | |
| 7～9点……暑熱順化できているかも。でも熱中症対策は忘れず! | 合計点数 <input type="text"/> |
| 4～6点……複数の習慣で汗をかくことができています。継続が大切! | |
| 3点……汗をかくことを習慣づけ、暑熱順化してきましょう。 | |
| 1～2点……体が暑さに慣れていないかも。熱中症に注意! | |
| 0点……体が暑さに慣れていない状態。暑くなる前に暑熱順化を! | |

2026年度は下記のオフィシャルパートナー各社の協力により、啓発活動を実施します。

日本コカ・コーラ株式会社 (アクエリアス、アクエリアス経口補水液)、株式会社空調服、カバヤ食品株式会社、佐藤製薬株式会社 (コンケルローヤルアクア、コンケル)、花王株式会社、株式会社くらこん、パナソニック株式会社、ニューウェルブランズ・ジャパン合同会社、株式会社ワークマン (XShelter、ベルチェベスト)、株式会社しまむら (FIBER DRY、超COOL、COOL、ラクっと!快適)、株式会社クアリティ・アンド・パートナーズ、いなばペットフード株式会社、株式会社ポラメディカル、クラシ工業品株式会社、味の素AGF株式会社

4. 熱中症予防④

熱中症が増えています

予防のためのポイント


熱中症警戒アラートを活用しましょう


アラート発表時には、

- のどが渇く前に水分・塩分を補給しましょう
- エアコンを適切に使用しましょう
- 高齢者等に声を掛けましょう
- 不要不急の外出は避けましょう
- 暑さ指数に応じて、外での運動は、原則、中止/延期をしましょう

「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。

友達追加はこちら →





エアコンをしっかりと使いましょう


熱中症は室内でも夜でも発生し、命に関わる問題です

- 無理な節電をせず、夜もしっかり使用しましょう
- 日中はすだれなどで日差しを和らげるなど上手に使いましょう



注意! 停電時など、どうしても**エアコンが使えないときには**

- 日光を遮り、風通しをよくしましょう
- 濡れたタオル等を肌に当て、うちわであおぎましょう
- できる限り、冷房設備が稼働しているところへ避難しましょう
- 停電時の断水に備え、飲み水を備蓄しましょう
- 電力需給ひっ迫時には、浴槽やバケツに水を貯めておきましょう



政府の熱中症対策

熱中症予防情報サイト: 熱中症警戒アラート・暑さ指数・熱中症予防に関する情報 

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  (リーフレット)

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   (リーフレット)
- 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

地域における連携強化

- 熱中症に関連する気象情報 
- 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!





(熱中症予防リーフレット)

4. 熱中症予防⑤

熱中症予防のために



暑さを避ける!

- 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 外出時には日傘や帽子を着用
- 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



! 「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

- 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分などを補給


● 熱中症予防のための情報・資料サイト

熱中症予防のための情報・資料  スマホでも見れます

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

「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



! 応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

熱中症が疑われる人を見かけたら (主な応急処置)

- 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
- 衣服をゆるめ、からだを冷やす (首の周り、脇の下、足の付け根など)
- 水分・塩分、経口補水液*などを補給 (*水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの)



! 自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、**119** チェック! ためらわず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。

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。

高齢者や子ども、障がいをお持ちの方は、特に注意が必要!

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。また、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。

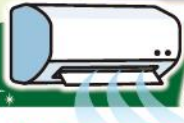
こまめに水分補給 

厚生労働省 ひと、くらし、あいのちからに Ministry of Health, Labour and Welfare

4. 熱中症予防⑥

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



部屋の中でも注意が必要です
エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。節電にも配慮して適切にエアコンを使いましょう。

また、エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

節電 こまめにフィルターのお手入れをする
2週間に1回を目安にしましょう

節電 適切な室温設定

節電 すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る

節電 換気をして屋外の涼しい空気を入れる

節電 暑いからエアコンつけてね!

節電 窓とドアなど2カ所を開ける

節電 温度・暑さ指数を確認する

節電 扇風機や換気扇を併用する
長時間、風が体に直接あたらないように注意しましょう

節電 クールビズを取り入れる

節電 複数台の使用を避け、一部屋に集まるなど工夫する

さらに 気をつけるべきポイント

のどが渇いていなくても **こまめに水分・塩分を補給しましょう**

1日あたり
1.2L(2.5杯)を目安に



コップ約6杯

- 1時間ごとにコップ1杯
- 入浴前後や起床後もまず水分・塩分補給を

※水分や塩分の摂取量は、かかりつけ医の指示に従いましょう。



！高齢者は特に注意が必要です

1 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

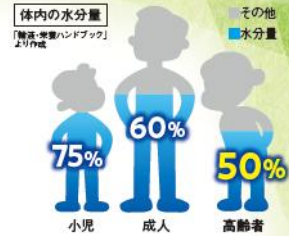
2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

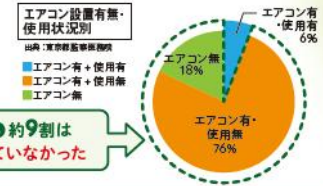
※心臓や腎臓の悪い方や持病をお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談下さい。



● 東京都23区における熱中症死者の状況(令和3年夏)

※計39人(速報値)のうち

約8割は65歳以上の高齢者
屋内での死者のうち約9割はエアコンを使用していなかった



☑ 予防法ができているかをチェックしましょう

エアコン・扇風機を上手に使用している

部屋の温度を測っている

部屋の風通しを良くしている

こまめに水分・塩分を補給している

シャワーやタオルで体を冷やす

暑い時は無理をしない

涼しい服装をしている
外出時には日傘・帽子

涼しい場所・施設を利用する

緊急時・困った時の連絡先を確認している



環境省 熱中症予防情報サイトからの情報をチェック! >> <https://www.wbgt.env.go.jp/>

環境省では、暑さ指数(WBGT)の情報提供を行っています。令和3年度より全国展開している熱中症警戒アラートおよび、暑さ指数のメール配信等をご活用ください。【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。

※必ずしも100%



MEMO
緊急連絡先
03-000-0000
03-0000-0000
03-0000-0000
03-0000-0000




2023年5月版

4. 熱中症予防⑦

令和7年6月1日に
改正労働安全衛生規則が
施行されます

職場における 熱中症対策の強化について



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

熱中症による死亡災害の多発を踏まえた対策の強化について

職場における 熱中症による死亡災害の傾向

- ・死亡災害が2年連続で30人レベル。
- ・熱中症は死亡災害に至る割合が、他の災害の約5～6倍。
- ・死亡者の約7割は屋外作業であるため、気候変動の影響により更なる増加の懸念。

ほとんどが
「初期症状の放置・対応の遅れ」

早急に求められる対策

「職場における熱中症予防基本対策要綱」や「STOP! 熱中症クールワークキャンペーン実施要綱」で実施を求めている事項、現場で効果を上げている対策を参考に、

現場において
死亡に至らせない
(重篤化させない)ための
適切な対策の実施が必要。

基本的な考え方

1

2

見つける

判断する

対処する

1 「熱中症の自覚症状がある作業員」や「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」がその旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

※報告を受けるだけでなく、職場巡回やパトロールの活用、ウェアラブルデバイス等の活用や方向性の把握連絡などにより、熱中症の症状がある作業員を積極的に把握するように努めましょう。

2 熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ確かな判断が可能となるよう、

- ① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
- ② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順(フロー図①②を参考例として)の作成及び関係作業員への周知

対象となるのは

「WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で
連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施」が見込まれる作業

※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応を推奨する。
※なお、同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講ずることとする。

(職場における熱中症対策リーフレット)

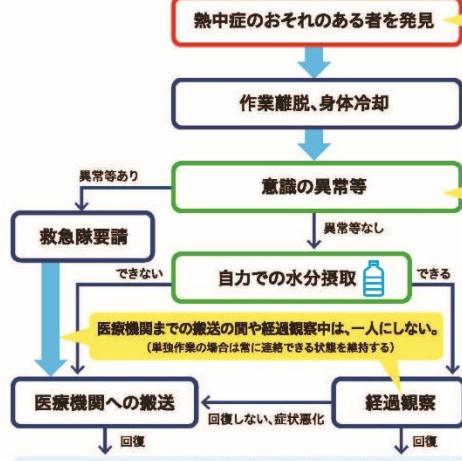
職場における熱中症対策の強化について



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ①

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



熱中症のおそれのある者を発見

【他覚症状】
ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣等

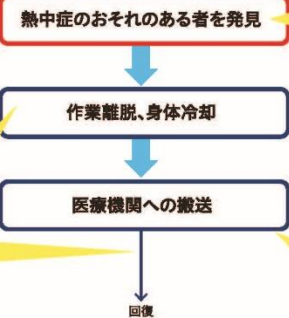
【自覚症状】
めまい、筋肉痛・筋内の硬直(こむら返り)、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

「意識の有無」だけで判断するのではなく、
①返事がおかしい
②ぼーっとしている
など、普段と様子がおかしい場合も異常等ありとして取り扱うことが適当。
判断に迷う場合は、安易な判断は避け、#7119等を活用するなど専門機関や医療機関に相談し専門家の指示を仰ぐこと。

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ決めておく。

熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ②

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



熱中症のおそれのある者を発見

【他覚症状】
ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣等

【自覚症状】
めまい、筋肉痛・筋内の硬直(こむら返り)、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

①返事がおかしい
②ぼーっとしている など、
普段と様子がおかしい場合も、熱中症のおそれありとして取り扱うことが適当。

医療機関への搬送に際しては、必要に応じて、救急隊を要請すること。
救急隊を要請すべきか判断に迷う場合は、#7119等を活用するなど、専門機関や医療機関に相談し、専門家の指示を仰ぐことも考えられる。

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ決めておく。

Fukuoka medical association

18

参考URL

- ① 環境省「熱中症予防情報サイト」

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



- ② 環境省「熱中症予防情報サイト 普及啓発資料」

https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_pr.php



- ③ 福岡県「熱中症に気をつけましょう！」

<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/netu.html>



- 熱中症は、予防が非常に重要とされています。
- 高齢者や持病のある方は特に注意が必要です。

予防行動の徹底が、
あなたの健康といのちを守ります。



何でも相談できる「**かかりつけ医**」をもちましょう。

- 質の高い医療を効率的に提供できるように、医療機関はその機能に応じた役割分担がされています。
- 例えば、軽症の病気やけがの場合には身近な医療機関(診療所等)にご相談いただくことが重要ですが、「大きな医療機関の方が安心だから」といった理由で、軽症の患者さんが大きな医療機関(病院等)に集中すると、そこで勤務する医師や医療機関で働くスタッフの負担を増やすことにもつながります。
- まずは、**健康のことを何でも相談でき、身近で頼りになる医師を持つようにしましょう。**

「今すぐ救急車を呼ぶか」、
「今すぐ医療機関に行った方が良いか」迷ったときは、
救急医療電話相談（#7119）をご活用ください。

救急医療電話相談（#7119）

県民の皆さんからの急な病気やケガに関する相談に対し、看護師が、医療機関受診の緊急度などについてアドバイスをを行います。

【受付時間】 24時間365日（年中無休）

【電話番号】 #7119（短縮ダイヤル） 又は 092-471-0099

休日・夜間のこどもの急な病気やけがは、
小児救急医療電話相談（#8000）をご活用ください。

小児救急医療電話相談（#8000）

子どもの急な病気（発熱、下痢、嘔吐、けいれん等）やケガに関する相談について、小児医療の経験を持つ看護師がアドバイスする休日夜間の電話相談です。

【受付時間】 24時間365日（年中無休）

【電話番号】 #8000（短縮ダイヤル） 又は 092-731-4119

小児救急医療ガイドブック

子どもの発熱や嘔吐など、主な症状別の対処方法、家庭での対応、よくある質問などをまとめたガイドブックです。

