

INFORMATION

【報道参考資料】

2020年7月22日
「熱中症ゼロへ」プロジェクト

体が暑さに慣れていないなかでの気温の急上昇は特に危険 本格的な暑さが間もなく到来 熱中症に要注意

一般財団法人 日本気象協会（本社：東京都豊島区、理事長：長田 太、以下「日本気象協会」）が推進する「熱中症ゼロへ」プロジェクト（以下、本プロジェクト）は、広い範囲での梅雨明け後の本格的な暑さに備え、熱中症の予防・対策のポイントをお知らせします。

本プロジェクトでは、総務省消防庁の「熱中症による救急搬送者数に関するデータ」を使用し2019年の梅雨明け前後での救急搬送者数を比較しました。その結果、救急搬送者数は関東甲信地方では約4.4倍、東海地方では約4.3倍、近畿地方では約3.4倍と、梅雨明け後に増加していました。

（参考資料）

また、2020年7月末までの気温は平年並みか平年より低い所が多いですが、8月の気温は全国的に平年並みか平年より高い予想です。8月に入ると厳しい暑さとなりそうです。（7月16日の気象庁1か月予報より）

暑さに体が慣れていない人が多いこの時期は、梅雨明けのタイミングなど、気温が急上昇するときには、熱中症への注意が普段以上に必要です。

暑さに備える予防・対策のポイント8箇条

- ① バランスのよい食事をとり、丈夫な体をつくる
- ② エアコンなどを適度に使ってしっかりと睡眠をとる
- ③ 適度な運動を行い、体を暑さに慣れさせる
- ④ のどがかわいていなくても、こまめに水分を補給する
- ⑤ 大量の汗をかくときは、塩分を補給する
- ⑥ 帽子や日傘で直射日光をよける
- ⑦ 冷却グッズで体を冷やす
- ⑧ 周りの人の体調も気にかける

熱中症は、いつでもどこでもだれでもかかる危険性がありますが、正しい予防方法を知り、普段から気をつけることで防ぐことができます。気温の急上昇に備え、無理をせずに、徐々に体を慣らしましょう。周りの人とも声をかけあいながら熱中症の予防対策を行ってください。

東京都立大学 特任教授 藤部文昭先生のコメント



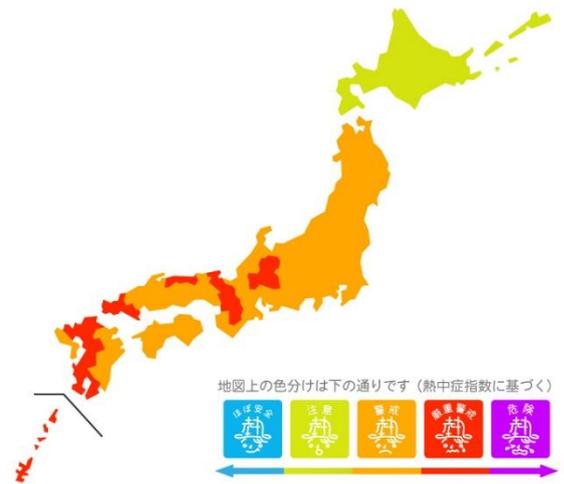
東京23区における2018年夏の熱中症による死亡者は、7月20日前後の1週間程度の高気温に集中していました。7月18日～24日の1週間の死亡者は89人（2018年6月～9月の総数の56%）でした。また、最高気温が同じなら、7月と8月では7月の方が死亡数、搬送数ともに多い傾向がありました。

熱中症の被害は夏の間一様に起きるわけではなく、1～2回の限られた期間に集中する傾向があります。厳しい暑さが予想された際には、暑さに備え、予防対策を実践し、被害の軽減を図れるかが熱中症死亡を抑止する上で重要です。

熱中症傾向

2020年7月16日現在

2020年7月16日～8月17日平均



日本気象協会推進「熱中症ゼロへ」プロジェクト

【8月の気象傾向】

（日本気象協会所属 気象予報士／防災士：久保智子）

8月は高気圧に覆われやすく、東日本や西日本を中心に晴れる日が多いでしょう。気温は全国的に平年並みか平年より高く、厳しい暑さとなる見込みです。最高気温が35度以上の猛暑日が続く所もあり、寝苦しく感じられる日もありそうです。梅雨明け後の急な暑さで熱中症にならないように、室温を調節して、のどが渇く前に意識してこまめに水分を補給するなど、万全の熱中症対策をおこなってください。

参考資料

本プロジェクトにて、総務省消防庁の熱中症による救急搬送者数に関するデータを2019年の梅雨明け前後の1週間で比較したところ、梅雨明け前に比べて梅雨明け後の搬送者数が格段に増えていることがわかりました。

梅雨明け前の1週間：7月17日～7月23日

梅雨明け後の1週間：7月24日～7月30日

■ 関東甲信

梅雨明け前の1週間：610人

梅雨明け後の1週間：2,672人

■ 東海

梅雨明け前の1週間：299人

梅雨明け後の1週間：1,274人

■ 近畿

梅雨明け前の1週間：448人

梅雨明け後の1週間：1,504人



「熱中症ゼロへ」プロジェクトでは、公式サイト (<https://www.netsuzero.jp/>) や公式 Twitter (@netsuzero) で熱中症の予防対策のほか、暑さに関する情報を発信しています。

■ 「熱中症ゼロへ」プロジェクトとは

熱中症にかかる方を減らし、亡くなってしまおう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。2013年夏のプロジェクト発足以来、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、熱中症に関する正しい知識と対策をより多くの方に知ってもらう活動を展開してきました。活動8年目となる2020年は、さらに充実した啓発活動を実践していきます。

■ 一般財団法人 日本気象協会について

1950年に誕生した日本気象協会は、天気予報に代表される気象予測事業に加え、再生可能エネルギー、環境アセスメント、大気解析事業、防災・減災・安全管理に関する事業など、気象に関するコンサルティング事業を通じ、公共に資する企業活動を展開しています。

・「熱中症ゼロへ」のロゴマークは日本気象協会の登録商標です