

令和2年7月6日

熊本県、鹿児島県、宮崎県 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2年7月3日からの大雨によって被災された皆さまに対し、心からお見舞い申し上げます。

気温や湿度が高い日には、作業内容、生活環境、体調等の状況次第で被災住民、ボランティア等の方々が高熱中症にかかる危険性が高まります。また、停電等により冷房器具が使用できない状況においてはさらに注意が必要です。さらに今年は、新型コロナウイルス感染症の予防対策も求められています。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防を実施していただくことが重要です。

以上のことから、別紙1～2の内容について、関係者（都道府県におかれては保健所設置市・特別区を除く貴管下市町村等を含む）に周知いただきますよう、お願いいたします。

別紙1：熱中症対策に関する周知の内容例

別紙2：熱中症予防に関するウェブサイト

## 《本件照会先》

|        | 熱中症対策・普及啓発資料   | 暑さ指数(WBGT)   |
|--------|--|--|
| 担当課室   | 環境省<br>大臣官房<br>環境保健部環境安全課                            | 環境省<br>水・大気環境局<br>大気環境課大気生活環境室                     |
| 担当者名   | 福嶋、石橋、數見   | 石関、永田、大堀   |
| TEL    | 03-5521-8261   | 03-5521-8300                                       |
| FAX    | 03-5580-3596   | 03-3593-1049                                       |
| e-mail | <a href="mailto:netsu@env.go.jp">netsu@env.go.jp</a> | <a href="mailto:heat@env.go.jp">heat@env.go.jp</a> |

## 熱中症対策に関する周知の内容例

### 1. 令和2年度の熱中症予防行動

新型コロナウイルスの出現に伴い、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「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

#### 1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



#### 2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

#### 3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

#### 4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

#### 5 暑さに備えた体作りをしましょう

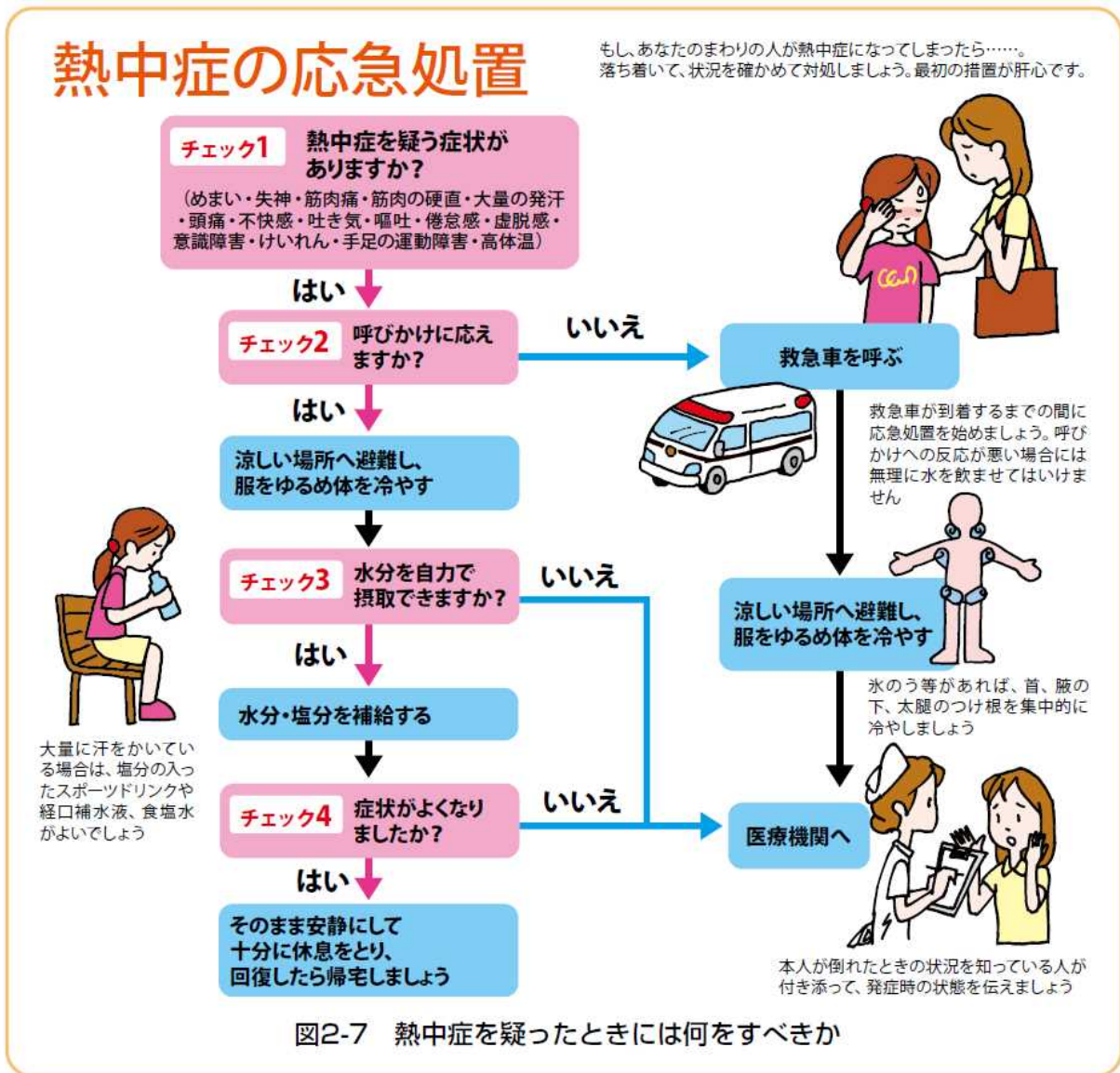


- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

(出典) 環境省・厚生労働省「令和2年度の熱中症予防行動」より

## 2. 熱中症が疑われるときの対応



(出典) 環境省リーフレット「熱中症 ～ご存じですか？ 予防・対処法～」

### 3. 作業時の注意事項（1、2に加え）

- (1) 作業管理者は作業開始前に、作業者の体調を確認し、体調が悪い者は作業を行わないようにする。
- (2) 作業管理者は日陰を確保して一定時間ごとに必ず休憩を設ける。
- (3) 作業管理者は作業者の作業状況等をこまめに確認し、体調不良が疑われる場合にはすぐに涼しい場所での休憩を指示する。
- (4) 作業者できるだけ2人以上でお互いの体調を確認しながら作業を行う。

### 4. 避難所等における注意事項（1、2に加え）

- (1) 市町村は、避難所における採光量を調節するとともに、扇風機やエアコン等を設置して、避難所の気温・湿度を調整する（可能であれば暑さ指数（WBGT）も測定する）。
- (2) 市町村は、避難所におけるトイレを十分に確保し、避難者等が水分補給をためることがないよう環境を整備する。

- (3) 市町村は、避難所における飲料を十分に確保し、避難者等にこまめな水分補給を心がけるよう呼びかけを行う。
- (4) 市町村は、高齢者、障害者等の熱中症のリスクが高い方については、ホテル・旅館等への避難についても検討する。
- (5) 避難所の気温・湿度の管理が難しい場合等は、避難者等に対して保冷剤、氷、冷たいタオル、濡れたタオル等で首や脇等の太い血管が通っているところを冷やすよう促す。
- (6) 被災や避難生活による疲労や寝不足等による体調不良、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るため、避難者等に対して普段以上に体調管理を心掛けるように促す。
- (7) 熱中症が疑われる症状が出た際には、適切に医療機関を受診するようにする。
- (8) やむを得ず車中泊をする方に対しては、車のように狭く気密な空間では短時間で車内の温度が上昇しやすく、熱中症の危険性が高まるため、車両スペースはできるだけ日陰や風通しの良い場所を確保し、車用の断熱シートや防虫ネット、網戸を使用する等の工夫を促す。また、車のエンジンをかけたままカーエアコンを入れていても、暑い場所では自動車はオーバーヒートしてエンジンが停止してしまうため、特に乳幼児等の自分で行動できない者を車の中で一人にさせないよう呼びかける。

## 熱中症予防に関するウェブサイト

- 環境省ウェブサイト

環境省のウェブサイト「環境省熱中症予防情報サイト」では各種普及啓発資料や、熱中症のかかりやすさを示す「暑さ指数 (WBGT)」を公表しています。

「環境省熱中症予防情報サイト」(<https://www.wbgt.env.go.jp/>)

検索 | 環境省 熱中症



携帯電話用 QR コード

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



スマートフォン用 QR コード

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

- 厚生労働省ウェブサイト

厚生労働省のウェブサイト「熱中症関連情報」では、熱中症予防に対する厚生労働省の取組や、職場における労働衛生対策などを掲載しています。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/index.html)