

平成 27 年 5 月 27 日

## 消防庁における熱中症対策

### 1. 熱中症による救急搬送人員数の調査と公表

#### ① 調査の概要

全国の消防本部を調査対象とし、夏期における熱中症による救急搬送人員数調査を行っている。ゴールデンウィーク前後から熱中症の発症例が見られる状況を受け、本年度は調査開始時期を前倒して 4 月 27 日から実施した。

| 今年度の救急搬送人員数の週報 |         |
|----------------|---------|
| 4/27～5/3       | 568 人   |
| 5/4～5/10       | 334 人   |
| 昨年 6 月～9 月合計   | 40048 人 |

#### ② 調査結果の公表

調査結果は週毎に週報を消防庁ホームページに公開するとともに、月毎に確定値を報道発表している。

#### ③ データ提供

研究機関等からの求めに応じて、熱中症救急搬送状況のデータを提供している。

### 2. 予防のための普及啓発

#### ① 特設ホームページ「熱中症情報」

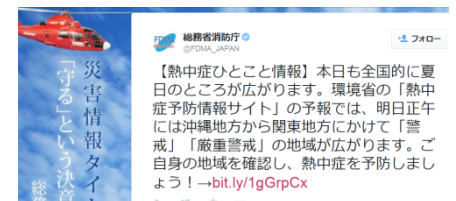
- 熱中症による救急搬送人員数（週報・月報）の内容を情報発信
- 熱中症対策リーフレットや twitter の掲載

#### ② 熱中症対策リーフレット（裏面）

- 昨年の搬送人員数等を追加し、27 年度版として更新
- ホームページに PDF 版を掲載しダウンロードが可能
- 熱中症予防強化月間中に各都道府県へ配布（予定）

#### ③ ツイッター

- 4 月 27 日から毎日実施中（平日）、環境省の WBGT の情報等を活用し、警戒地域への注意喚起等、国民へ広く熱中症への注意を呼びかけ
- 週報や月報の救急搬送人員数を掲載



#### ④ 各都道府県への通知

- 熱中症予防強化月間に合わせ、熱中症対策強化について更なる取り組みを進めることを目的に都道府県へ通知を発出（予定）

### 3. 参考：東京オリンピック・パラリンピック開催に伴い、日本の気候に慣れていない外国人来訪者が増加することから、外国人に対する熱中症対策の強化に向けて検討を行う。



# 熱中症を予防して元気な夏を!

夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。熱中症を知って、しっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう!

このリーフレットでは、熱中症の症状や応急手当を紹介しています。

救急車を呼んで、一刻も早く病院へ行くべき状態や症状についても紹介しています。当てはまる場合は、ためらわずに119番しましょう。

※消防庁が作成した「救急受診ガイド」や、「救急車利用リーフレット」も合わせてご覧ください(消防庁HP「<http://www.fdma.go.jp/>」の右側のバナーをクリック)

心臓や腎臓、その他持病をお持ちの方は、夏の過ごし方についてかかりつけの医師に相談し、上手にコントロールしましょう。

消防庁 FDMA <http://www.fdma.go.jp/>

## 熱中症とは?

室温や気温が高い中で、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害をおこす症状のことです。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

## 熱中症の分類と対処方法

| 重症度 | 症状  | 対処                            | 医療機関への受診  |
|-----|---|-------------------------------|---|
| ↓   | めまい・立ちくらみ・こむら返り・手足のしびれ                                | 涼しい場所へ移動・安静<br>・水分補給          | 症状が改善すれば受診の必要なし<br>口から飲めない場合や症状の改善が見られない場合は受診が必要<br>+ ためらうことなく救急車(119)を要請 |
|     | 頭痛・吐き気・体がだるい・体が力が入らない・集中力や判断力の低下                      | 涼しい場所へ移動・体を冷やす・安静・十分な水分と塩分の補給 |   |
|     | 意識障害(呼びかけに対し反応がおかしい・会話がおかしいなど)・けいれん・運動障害(普段通りに歩けないなど) | 涼しい場所へ移動・安静・体が熱ければ保冷剤などで冷やす   |   |

## こんな時はためらわずに救急車を呼びましょう

- 自分で水が飲めなかったり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合は、ためらわずに救急車を呼んでください。
- 意識がない(おかしい)、全身のけいれんがあるなどの症状を発見された方は、ためらわずに救急車を呼んでください。

## 熱中症予防のポイント

- ☺ 部屋の温度をこまめにチェック!  
(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします)
- ☺ 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- ☺ のどが渇く前に水分補給!
- ☺ のどが渇かなくてもこまめに水分補給!
- ☺ 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も!
- ☺ 無理をせず、適度に休憩を!
- ☺ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを!

### 子供の特徴

汗腺などが未熟  
地面の照り返しにより、高い温度にさらされる  
体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすい

### 保護者の方へ

- お子さんの様子を十分に観察しましょう!
- 遊びの最中には、水分補給や休憩を!
- 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに!
- 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう!

### 高齢者の特徴

のどの渇きを感じにくい  
暑さを感じにくい  
汗をかきにくい  
体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自律神経がないのに熱中症になる危険がある

### 熱中症にならないために

- 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用!
- のどが渇かなくても水分補給!
- 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう!

### 熱中症の応急手当

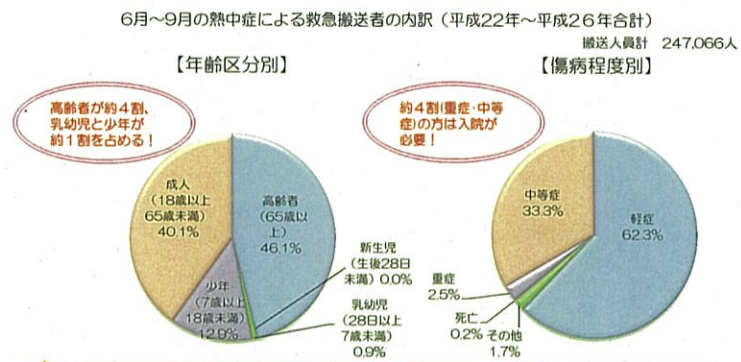
- + 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす

脳の下・太もものつけねなどを冷やす

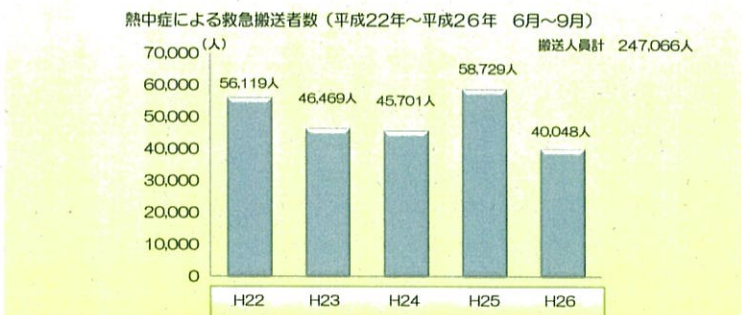
飲めるようであれば水分を少しずつ頻回に取らせる

持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらっておきましょう

消防庁では、夏期(6月~9月)における熱中症による救急搬送の全国調査を実施しています。年代別では高齢者が4割を占めており、また、乳幼児と少年を合わせると1割以上となっています。熱中症による救急搬送者のうち、約4割の方が入院しています。



熱中症により、毎年約4万人以上の方が救急搬送されています。熱中症による救急搬送者増加の要因として、気温や湿度の上昇が関係していることが分かっています。特に、梅雨明け前後の暑さには、最も注意が必要です!!



消防庁では、HP上で熱中症の救急搬送状況調査の速報を週ごとに公表しています。  
URL: <http://www.fdma.go.jp/>  
参考 環境省:「熱中症環境保健マニュアル」 [http://www.env.go.jp/chemi/heat\\_stroke/manual.html](http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/manual.html)

消防庁 FDMA <http://www.fdma.go.jp/>