

令和2年6月18日  
気 象 庁

## 令和2年度の熱中症対策関連の取組について

- 気象庁では熱中症対策に資するため、期間(4月第4水曜日～10月第4水曜日)を定めて、下記のような関連する気象情報の提供(熱中症対策関連情報の例は別紙参照)を行っている。今年度も同様に、以下のとおり情報の提供を行う。
  - 2週間気温予報・高温に関する早期天候情報  
主に2週間先を対象に、5日間平均した最高気温・最低気温を毎日提供する「2週間気温予報」、及び毎週2回(月・木曜日)、6日～14日後を対象として、2週間気温予報で平年より「かなり高い」気温が予想された場合に発表する「高温に関する早期天候情報」において、一定の高温が予想される場合、熱中症への注意を呼びかけ。
  - 週間天気予報・高温に関する気象情報  
向こう1週間で最高気温が概ね35℃(※)以上になることが予想される場合に、週間天気予報において熱中症に対する注意を呼びかけるとともに、「高温に関する気象情報」を発表。
  - 高温注意情報  
翌日(地方情報)又は当日(府県情報)の最高気温が概ね35℃(※)以上になることが予想される場合に発表(高温注意情報に代えて熱中症警戒アラート(試行)を実施する7月以降の関東甲信地方を除く。))。
  - 熱中症警戒アラート(試行)  
7月以降、関東甲信地方において、翌日又は当日の暑さ指数(WBGT)が33以上になることが予想される場合に、環境省と気象庁が共同で発表。
  - 天気予報  
当日の最高気温が概ね30℃以上(※)となることが予想される場合に、天気概況において熱中症に対する注意を呼びかけ。
  - その他の情報(上記情報等とともに気象庁HP熱中症ポータルサイトに掲載)  
＜予測情報＞
    - 主な地点の気温予測グラフ
    - 最高・最低気温分布予想図
    - 気温分布予報(3時間ごとの5kmメッシュ内の平均気温を1℃単位で予報)

<観測情報等>

- アメダスの気温の観測データ
- 推計気象分布（最新の気温等の分布を、約1km四方で1時間ごとに提供）
- ヒートアイランド現象（毎年7月頃更新。都市化による気温への影響等）
- 全国の日最高・最低気温の分布
- 全国観測値ランキング
- 観測史上1位の値更新状況

気象庁HP熱中症ポータルサイト：

[<https://www.jma.go.jp/jma/ki-shou/known/kurashi/netsu.html>]

※ 一部の地域では基準が異なる。

# 気象庁が発表する熱中症対策に関連する情報

## 時間を追って段階的に発表する 熱中症対策向けの気象情報

### 気温の予想

#### 2週間前～

5日間平均気温がその時期として顕著に高くなると予想

#### 1週間前～

向こう一週間で最高気温が概ね35度以上となることを予想

#### 前日

翌日の最高気温が概ね35度以上と予想  
(地方※1ごとに発表)

#### 当日

当日の最高気温が概ね35度以上と予想  
(府県※2ごとに発表)

(注)一部の地域では基準が異なる

### 気象庁の情報

高温に関する  
早期天候情報

高温に関する  
気象情報

地方高温注意情報

府県高温注意情報

当日の最高気温が概ね30度以上と予想した場合は、別途、天気予報で注意を呼びかけ

※1 北海道、沖縄県、または都府県をまとめた地方。  
※2 都府県、または北海道と沖縄県は細分した地域。

## 熱中症対策の強化

### ○ 2週間前からの気温に関する情報の提供を開始

R1.6  
運用開始

### 2週間気温予報

| 日付 | 2                  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9      | 10     | 11     | 12      | 13      |    |
|----|--------------------|---|---|---|---|---|---|--------|--------|--------|---------|---------|----|
|    | 週間<br>天気予報<br>(概米) |   |   |   |   |   |   | (7-11) | (8-12) | (9-13) | (10-14) | (11-15) |    |
| 東京 | 最高<br>(℃)          |   |   |   |   |   |   |        | 34     | 34     | 33      | 33      | 32 |
|    | 最低<br>(℃)          |   |   |   |   |   |   |        | 27     | 27     | 26      | 25      | 24 |



気温（5日間平均）が平年よりかなり高い又はかなり低い可能性が30%以上と予測される場合に発表

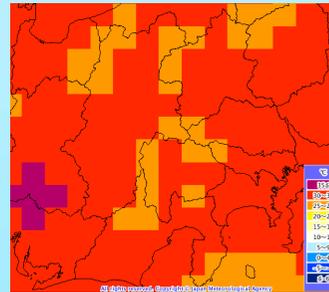
### ○ 高温に関する気象情報の改善等

- 詳細な気温分布予報の提供
- 関係省庁と連携し、熱中症対策のための気象情報の効果的な提供や更なる活用を推進

### 最高・最低気温分布予想

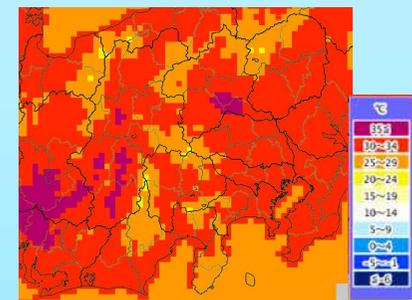
R2.3改善

<R2.3.18まで>



改善

<改善後>



○20kmから5kmに高解像度化

○対象期間を現在の「24時間後まで」から「翌日の24時まで」に延長

令和2年度夏（7月1日～10月28日）に関東甲信地方において先行的に実施

環境省 × 気象庁

## 熱中症警戒アラート（試行）

環境省・気象庁が新たに提供する、暑さへの「気づき」を呼びかけるための情報。熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に発表し、国民の熱中症予防行動を効果的に促す。

### 1. 背景

- 熱中症による**死亡者数・救急搬送者数**は増加傾向にあり、気候変動等の影響を考慮すると**熱中症対策は極めて重要**

### 2. 発表方法

- 高温注意情報を、熱中症の発生との関係が高い**暑さ指数（WBGT）**を用いた新たな情報に置き換える

暑さ指数（WBGT）とは、人間の熱バランスに影響の大きい  
**気温 湿度 輻射熱**  
**1 : 7 : 2**  
の3つを取り入れた暑さの厳しさを示す指標です。

※各地域の暑さ指数は環境省の熱中症予防情報サイト参照

### 3. 発表の基準

- 都県内のどこかの地点で暑さ指数（WBGT）が**33℃を超える場合**に発表

| 暑さ指数 (WBGT) | 注意すべき生活活動の目安 <sup>(注1)</sup> | 日常生活における注意事項 <sup>(注1)</sup>                    | 熱中症予防勧奨 <sup>(注2)</sup>  |
|-------------|------------------------------|---|--|
| 33℃以上       | すべての生活活動における危険性              | 高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。 | 運動は即中止<br>特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。  |
| 28～31℃      | 外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。   | 外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。                      | 取組警戒(厳しい運動は中止)<br>熱中症の危険性が高いので、涼しい運動や持久走などの体温が上昇しやすい運動は避け、10～20分ごとに休憩を取り水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。 |
| 25～28℃      | 中等度以上の生活活動における危険性            | 運動や重い作業をする際は定期的に十分に休憩を取り入れる。                    | 警戒(積極的に休憩)<br>熱中症の危険性が多く、積極的に休憩をとり涼しい水分・塩分を補給する。暑い運動では、30分おきに15分休憩をとる。                                 |
| 21～25℃      | 強い生活活動における危険性                | 一般的に危険性は少ないが暑い運動や重労働時には発生する危険性がある。              | 注意(積極的に水分補給)<br>熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の高熱に注意するとともに、運動の中間に積極的に水分・塩分を補給する。                            |

注1) 日本生気象学会指針より引用  
注2) 日本スポーツ協会指針より引用

### 4. 発表の地域単位・タイミング

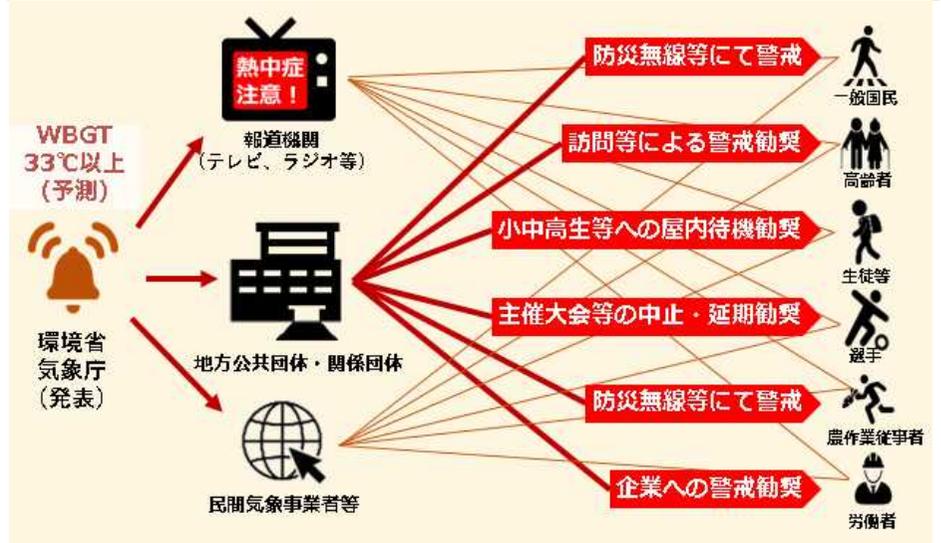
<地域単位>

- 都県単位で発表
- 該当都県内の観測地点毎の予測される暑さ指数（WBGT）も情報提供

<タイミング>

- 前日の17時頃及び当日の朝5時頃に最新の予測値を元に発表
- 報道機関の夜及び朝のニュースの際に報道いただくことを想定
- 「気づき」を促すものであるため、一度発表したアラートはその後の予報で基準を下回っても取り下げない

## 5. 情報の伝達方法（イメージ）



## 6. 発表時の熱中症予防行動例

- 熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日または当日に発表されるため、**日頃から実施している熱中症予防対策を普段以上に徹底することが重要。**
- (例)
- ▶ 普段以上に屋内の気温・湿度、あるいは暑さ指数（WBGT）を確認し、エアコン等を適切に使用する。
  - ▶ 不要・不急の外出を避け、涼しい屋内で過ごすようにする。
  - ▶ 高齢者、障害者、子供等に対しては周囲の方々から特に声をかける。
  - ▶ 空調機器が設置されていない屋内及び屋外での運動や活動等の中止・延期等を検討する

## 7. 令和2年度夏の先行的実施と検証について

- 令和2年度夏（7月1日～10月28日）に、**関東甲信地方**（東京都、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、神奈川県、山梨県、長野県）において**先行的に実施**
  - ▶ 先行的実施の際は、関東甲信地方は現在の高温注意情報の発表基準を暑さ指数に換え、熱中症警戒アラート（試行）として発表
  - ▶ 関東甲信地方以外は例年通り気温を基準とした高温注意情報を発表
- 先行的実施を踏まえ、今秋以降に本格実施に向けて**検証し、課題を改善**
- 令和3年度から**全国で本格実施**予定

# 熱中症警戒アラート（試行）の発表と確認方法

## ■今後の情報発表について



※名称や発表基準等が適当であったかを検証のうえ、令和3年度から全国を対象とした配信を開始予定。  
※試行では高温注意情報と同じ形式で情報を受け取れます。令和3年度からは新しい形式で配信予定。

## ■熱中症警戒アラート（試行）の確認方法

- 前日17時頃と当日5時頃に発表されます。土日、休日でも情報が発表されます。
- 情報の流れは高温注意情報の時の流れと同じです。
- 環境省・気象庁HPでアラートの発表状況を確認できます。
- 環境省のホームページ「熱中症予防情報サイト」では、アラート以外にも暑さ指数（WBGT）の実況・予測を常時確認することができます。



令和 2 年 6 月 1 6 日  
環 境 省  
気 象 庁

## 熱中症警戒アラート（試行）の運用指針

環境省・気象庁が提供する、極めて高い暑熱環境が予測される際に、暑さへの「気づき」を呼びかけ、国民の熱中症予防行動を効果的に促すための情報。

### 1. 発表対象地域

- ・ 関東甲信地方 1 都 8 県（茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、山梨県、長野県）

### 2. 発表期間

- ・ 令和 2 年 6 月 30 日（火）17 時から 10 月 28 日（水）5 時発表分まで。（発表対象は令和 2 年 7 月 1 日（水）から 10 月 28 日（水）まで。）

### 3. 発表方法・地域単位・基準

- ・ 令和 2 年度夏においては、高温注意情報の発表基準をこれまでの気温から暑さ指数に換え、「熱中症警戒アラート（試行）」（以下、アラート）として先行的に情報発表を行う\*。
- ・ 発表単位は都県単位とする。
- ・ 各都県内の暑さ指数予測地点のいずれかにおいて、翌日の日最高暑さ指数を 33°C 以上と予想した日（前日）の 17 時頃に「第 1 号」を発表し、当日 5 時頃に「第 2 号」を発表する。なお、前日 17 時頃に発表した都県については、当日の予測が 33°C 未満に低下した場合においても、アラートを維持し、当日 5 時頃に「第 2 号」を発表する。
- ・ 当日の予想から日最高暑さ指数を 33°C 以上と予測した都県については、当日 5 時頃に「第 1 号」を発表する。

---

\*令和 3 年度からは高温注意情報に代えて新たな情報として全国で発表する予定

#### 4. 発表内容

- ・アラートでは、次の内容を発表する（具体例については別添参照）。
  - 対象都県の方々に対して熱中症への注意を促す呼びかけ
  - 対象都県内の観測地点毎の日最高暑さ指数（WBGT）
  - 暑さ指数（WBGT）の目安
  - 都県内の各観測地点の予想最高気温及び前日の最高気温観測値（5 時発表情報のみ付記）
  - 熱中症予防において特に気をつけていただきたいこと

#### 5. 伝達方法

- ・アラートは、気象庁の防災情報提供システムを通じて地方公共団体や報道機関等に対して発表する。また、同時に気象庁のウェブサイト及び環境省熱中症予防情報サイトに掲載する。

熱中症警戒アラート（試行）の発表例（※対象日の5時発表の場合）

〇〇（都県名）高温注意情報（暑さ指数）第〇号  
令和2年〇月〇日〇時〇分 環境省・気象庁発表  
〇〇（都県名）では、今日（〇日）は、熱中症の危険性が極めて高い気象状況になることが予想されます。  
外出はなるべく避け、室内をエアコン等で涼しい環境にして過ごしてください。  
また、特別の場合\*以外は、運動は行わないようにしてください。  
身近な場所での暑さ指数\*を確認していただき、熱中症予防のための行動をとってください。

\*特別の場合とは、医師、看護師、一次救命処置保持者のいずれかを常駐させ、救護所の設置、及び救急搬送体制の対策を講じた場合、涼しい屋内で運動する場合等のことです。

[今日（〇日）予想される日最高暑さ指数（WBGT）]  
（都県内の各観測地点の日最高暑さ指数の予測値を列記）

全国の代表地点（840地点）の暑さ指数は、熱中症予防情報サイト（環境省）にて確認できます。  
個々の地点の暑さ指数は、環境によって大きく異なりますので、独自に測定していただくことをお勧めします。  
暑さ指数（WBGT：Wet Bulb Globe Temperature）は気温、湿度、日射量などから推定する熱中症予防の指数です。

[暑さ指数（WBGT）の目安]  
3.1以上           ：危険  
2.8～3.1         ：厳重警戒  
2.5～2.8         ：警戒  
2.5未満           ：注意

[今日日の予想最高気温（前日の最高気温）]  
（5時発表情報のみ、都県内の各観測地点の今日の最高気温の予測値及び前日の最高気温観測値を列記）

<特に気をつけていただきたいこと>  
・高齢者は、温度、湿度に対する感覚が弱くなるために、室内でも夜間でも熱中症になることがあります。  
・小児は、体温調節機能が十分発達していないために、特に注意が必要です。  
・晴れた日は、地面に近いほど気温が高くなるため、車いすの方、幼児等は、より暑い環境になります。  
この情報は令和3年度からの全国展開を予定している「熱中症警戒アラート(試行)」に相当する情報です。