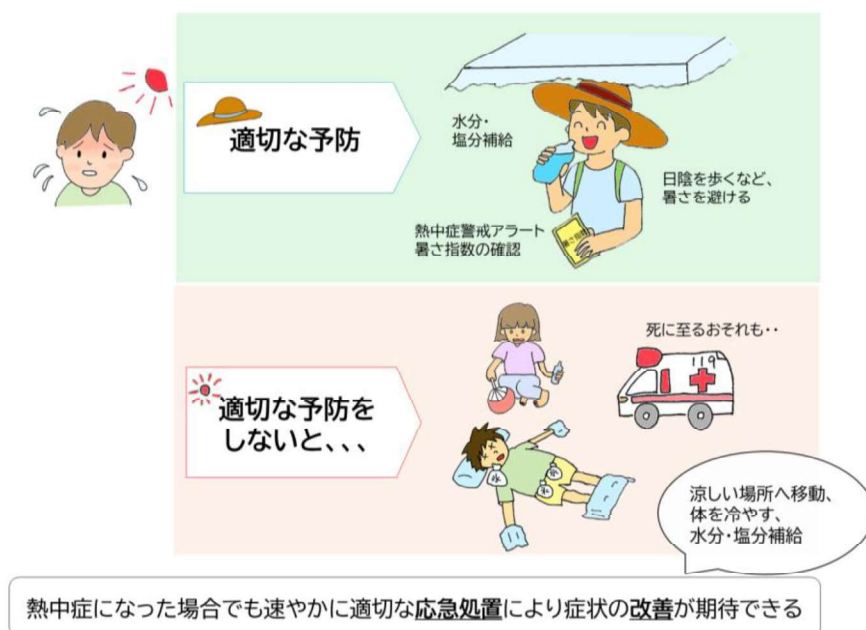


1. はじめに

熱中症は、暑い環境にいて、体温が上昇し、重要な臓器が高温にさらされることにより起きる障害の総称です。高温環境下にいるときや、いた後に体調が悪くなったときは、全て熱中症の可能性あります。また、熱中症は、死に至るおそれもある危険な状態です。

一方で、熱中症は適切な予防法を知り、実践することで、発症を防ぐことができます。熱中症の予防として、【暑くなる前】に行くこと、【暑い時期】に注意すべきことを知ることが重要です。また、熱中症になった場合も、速やかに適切な応急処置をすることで、症状の軽減が期待されます。



日本では、熱中症が非常に多く発生しています。総務省消防庁の資料¹によると、令和6年(2024年)の5月から9月の熱中症の救急搬送者数は、過去最多の 97,578 人でした。また、厚生労働省の資料^{2, 3}によると、熱中症の死亡数は、近年ほぼ毎年 1,000 人を超える状況となっており、令和6年(2024年)の熱中症の死亡数(概数)は、6月から9月では 2,033 人でした。

高齢者や子ども等、熱中症に特になりやすい人がいます。また、熱中症が発生しやすい様々な【状況・シーン】があります。ただし、現在の日本の夏の状況を踏まえると、全国各地、どこにおいても、どのような【状況・シーン】であっても、あなた自身を含めて全ての人が熱中症になりうる可能性がある、つまり、あなた自身の身近に潜む健康の危機であると言えます。

本マニュアルでは、これを読んでいただいているあなた自身が熱中症にかからないよう、そして身近な人が熱中症にかからないよう、最新の科学的知見や関連情報を紹介しています。この「熱中症環境保健マニュアル」を読んで、熱中症にならないようにしましょう。

1 「令和6年(5月～9月)の熱中症による救急搬送状況」(総務省)

https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/items/r6/heatstroke_nenpou.r6.pdf

2 「熱中症による死亡数 人口動態統計(確定数)より」(厚生労働省)

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokushu/necchusho23/index.html>

3 「人口動態統計月報(概数)(令和6年9月分)」(厚生労働省)

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/m2024/09.html>