

各都道府県スポーツ主管課長
各指定都市スポーツ主管課長 殿

スポーツ庁健康スポーツ課長
小 沼 宏 治

熱中症事故の防止について（依頼）

標記については、例年、御協力をいただいているところでありますが、スポーツ活動中をはじめとして、依然として熱中症による被害が多く発生しております（別紙）。

熱中症は、スポーツ等の活動前に適切な水分補給を行うとともに、必要に応じて水分や塩分の補給ができる環境を整え、活動中や終了後にも適宜補給を行うこと等の適切な措置を講ずれば十分防ぐことが可能です。また、熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分・塩分の補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な処置を行うことが必要です。

政府としては、令和2年度まで実施していた「熱中症予防月間」（原則毎年7月）に代わり、毎年4月1日～9月30日を実施期間とする「熱中症予防強化キャンペーン」を新たに開始しました。本キャンペーンでは住民の熱中症予防行動を促すため、各省庁が連携して時期に応じて適切な呼びかけを行うなど、国民や関係機関への周知等を強化します。

熱中症の発生は、梅雨の合間に突然気温が上昇した日や梅雨明けの蒸し暑い日等、体が暑さに慣れていない時期に起こりやすいことにも留意し、各位におかれては、下記を参照し、熱中症事故防止のための適切な措置を講ずるようお願いします。

記

1. 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（令和元年5月改訂、公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考として、関係者に対して熱中症事故防止に必要な事項の理解を徹底するとともに、「熱中症予防強化キャンペーン」について、関連する部局・課とも連携し、その趣旨を踏まえて熱中症予防に取り組むようお願いします。
2. 環境省のホームページ（熱中症予防情報サイト）では、熱中症の目安となる暑さ指数（WBGT：湿球黒球温度）、熱中症への対処方法に関する知見等の情報を提供していますので、適宜、御活用ください。
また、本年4月28日から「熱中症警戒アラート」（別添1参照）が全国で運用開始されました。これは、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されるものです。本情報も活用しながら、熱中症事故の防止について、適切に御対応いた

だくようお願いいたします。

3. イベント主催者は施設管理者、警察、消防（救急搬送）、地方公共団体、関係団体と連携しながらイベントを運営する必要があることから、熱中症事故の防止に関し関連する部局・課に対して周知していただくよう、お願いします。なお、イベント等の運営に当たっては、強化キャンペーン以外においても、この趣旨を踏まえて適切に対応するようお願いいたします。
4. 学校の水泳プールの開放にあたっては、「学校屋外プールにおける熱中症対策」（平成31年3月、スポーツ庁委託事業により独立行政法人日本スポーツ振興センター作成）等を参考に、子供から大人まで誰もが水泳活動を安全安心に親しめる環境づくりという観点に立ち、地域の実情等に応じて、適切に対応するようお願いいたします。
5. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大を予防するための「新しい生活様式」を踏まえ、運動・スポーツを行う際には、三つの密（密閉、密集、密接）のいずれかに該当する場所を極力避け、例えば公園等で空いた時間、場所を選んで実施するよう周知ください。

なお、「新しい生活様式」では、外出時はマスクを着用することとされておりますが、マスクを着用して運動やスポーツを行う場合は、体温を下げにくくなって熱中症になりやすくなること、息苦しさを感じた時はすぐにマスクを外すことや休憩を取ること等、無理をしないことについて、注意喚起をお願いします。

また、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）を確保できる場合にはマスクを外すこと、マスクを着用しないで運動やスポーツを行う場合は、上記の感染拡大を予防するための対策を講じることについても、注意喚起をお願いします。

スポーツ庁及び関係省庁のホームページにおける参考サイトを以下に記載いたしますので、適宜ご参照ください。なお、以下のリンク先につきましては、今後の状況に応じ情報が更新される場合がありますので、随時最新情報を確認するようお願いいたします。

参考1：スポーツ庁HP 「新型コロナウイルス感染対策 スポーツ・運動の留意点と、運動事例について」 https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html

参考2：新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止については、政府や都道府県の方針・要請に従い、適切な対応に努めていただくようお願いいたします。

厚生労働省HP 「新型コロナウイルス感染症について」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html#houshin

環境省HP 「新型コロナウイルスに関連した感染症対策」 https://www.env.go.jp/saigai/novel_coronavirus_2020.html

スポーツ庁HP 「スポーツ関係の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドラインについて」 https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop01/list/detail/jsa_00021.html

【本件担当】

スポーツ庁健康スポーツ課
スポーツ安全係 担当：伊藤・松井
アドレス：kensport@mext.go.jp
電話：03-5253-4111(内線3939)
FAX：03-6734-3792

【参考資料】

1 環境省

- 「熱中症環境保健マニュアル2018」（平成30年3月改訂）
https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_manual.php
- 「夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン2020」（令和2年3月改訂）
https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_gline.php
- 「熱中症予防情報サイト」
(PC) <https://www.wbgt.env.go.jp/>
(スマートフォン) <https://www.wbgt.env.go.jp/sp/>
(携帯電話) <https://www.wbgt.env.go.jp/kt/>

2 気象庁

- 「気象庁熱中症ポータルサイト」
<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/kuashou/kurashi/netsu.html>

3 公益財団法人日本スポーツ協会

- 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（令和元年5月発行）
<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html>
- 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」改訂のポイント
https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/supoken/doc/heatstroke/heatstroke_leaflet202007.PDF

4 独立行政法人日本スポーツ振興センター

- 「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」（平成30年3月発行）
<https://www.jpnsport.go.jp/anzen/default.aspx?tabid=114>
- 「スポーツ事故防止ハンドブック」（平成27年3月）
<https://www.jpnsport.go.jp/anzen/tabid/1746/Default.aspx>
- 「学校屋外プールにおける熱中症対策」（平成31年3月発行）
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/1905/Default.aspx

5 中央競技団体

- 「安全対策ガイドライン」（公益財団法人日本陸上競技連盟）
<https://www.jaaf.or.jp/rikuren/pdf/safety.pdf>
- 「オープンウォータースイミング（OWS）競技に関する安全対策ガイドライン」（公益財団法人日本水泳連盟）
http://www.swim.or.jp/about/download/rule/g_03.pdf
- 「熱中症対策ガイドライン」（公益財団法人日本サッカー協会）
http://www.jfa.jp/documents/pdf/other/heatstroke_guideline.pdf
- 「ボート競技と熱中症について」（公益社団法人日本ボート協会）
<http://www.jara.or.jp/info/2008/medicine20080602.html>
- 「バレーボールにおける暑さ対策マニュアル」（公益財団法人日本バレーボール協会）
https://www.jva.or.jp/play/protect_heat/
- 「柔道の安全指導」（公益財団法人全日本柔道連盟）
<http://www.judo.or.jp/wp-content/uploads/2015/11/anzenshido2015.pdf>
- 「熱中症 ソフトボール活動中の予防について」（公益財団法人日本ソフトボール協会）
http://www.softball.or.jp/info_jsa/joho/osirase/jsa_nettyushou2014.pdf
- 「熱中症」（一般財団法人全日本剣道連盟）
<https://www.kendo.or.jp/knowledge/medicine-science/heatstroke/>
- 「安全なプレーのために」（公益財団法人日本ラグビーフットボール協会）
<https://www.rugby-japan.jp/RugbyFamilyGuide/shidousya.html>
- 「安全対策 ～熱中症」（公益財団法人全日本なぎなた連盟）
<https://www.naginata.jp/naginata/heatstroke.html>
- 「運動中の事故を防止するために～競技団体からの提言～」（公益社団法人日本トライアスロン連合）
<https://www.jtu.or.jp/news/2014/140711-1.html>
- 「熱中症再発防止提言」（公益社団法人日本アメリカンフットボール協会）
<https://americanfootball.jp/wp-content/uploads/2019/09/b110d20d35645f34fcca8b6fc69d9ea6.pdf>

f

※中央競技団体については、全てを網羅していません。

6 東京都

- 東京都が主催する大規模イベントにおける医療・救護計画ガイドライン
<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/kyuukyuu/saigaiiryuu.html>

7 公益財団法人スポーツ安全協会

- 大会主催者向けに安全管理のための啓発資料
<https://www.sportsanzen.org/content/images/other/guide3.pdf>

41 熱中症による救急搬送状況（令和2年）

別紙

「都道府県別の年齢区分別、初診時における傷病程度別救急搬送人員」

都道府県		令和2年6月1日～9月30日											
		年齢区分別（人）					初診時における傷病程度別（人）						
		新生児	乳幼児	少年	成人	高齢者	合計	死亡	重症	中等症	軽症	その他	合計
1	北海道	0	9	90	348	641	1,088	2	25	349	688	24	1,088
2	青森県	0	1	74	111	242	428	1	13	157	251	6	428
3	岩手県	0	0	51	146	400	597	2	11	222	362	0	597
4	宮城県	0	6	112	379	576	1,073	2	31	552	488	0	1,073
5	秋田県	0	2	39	140	324	505	2	14	142	346	1	505
6	山形県	0	3	51	156	398	608	4	22	221	354	7	608
7	福島県	0	5	112	341	651	1,109	2	22	345	740	0	1,109
8	茨城県	0	12	144	591	833	1,580	4	40	627	909	0	1,580
9	栃木県	0	3	79	332	509	923	3	25	351	544	0	923
10	群馬県	0	10	131	378	709	1,228	2	52	605	569	0	1,228
11	埼玉県	0	21	320	1,359	2,328	4,028	8	124	1,387	2,507	2	4,028
12	千葉県	0	12	213	1,092	1,692	3,009	2	74	1,222	1,711	0	3,009
13	東京都	0	23	292	2,171	3,352	5,838	2	256	2,183	3,397	0	5,838
14	神奈川県	2	23	228	1,189	1,851	3,293	2	147	1,360	1,784	0	3,293
15	新潟県	0	5	101	419	658	1,183	3	30	411	736	3	1,183
16	富山県	0	4	42	138	271	455	1	15	162	277	0	455
17	石川県	0	1	58	188	405	652	1	19	209	414	9	652
18	福井県	0	7	33	112	212	364	1	7	143	213	0	364
19	山梨県	0	3	35	134	295	467	3	13	211	240	0	467
20	長野県	0	6	53	255	565	879	3	21	359	496	0	879
21	岐阜県	0	6	95	361	696	1,158	2	30	559	567	0	1,158
22	静岡県	1	6	154	649	1,199	2,009	5	79	817	1,108	0	2,009
23	愛知県	0	21	318	1,469	2,293	4,101	16	106	1,219	2,750	10	4,101
24	三重県	0	2	113	413	703	1,231	4	25	307	879	16	1,231
25	滋賀県	0	4	64	236	346	650	1	10	111	528	0	650
26	京都府	0	6	115	461	927	1,509	2	20	351	1,135	1	1,509
27	大阪府	0	27	421	1,769	2,652	4,869	3	49	1,232	3,580	5	4,869
28	兵庫県	0	22	260	896	1,861	3,039	8	65	999	1,957	10	3,039
29	奈良県	0	10	82	290	461	843	0	22	312	509	0	843
30	和歌山県	0	2	55	238	368	663	3	24	145	490	1	663
31	鳥取県	0	0	35	111	269	415	0	12	212	191	0	415
32	島根県	0	0	31	111	268	410	0	22	214	174	0	410
33	岡山県	0	6	100	379	825	1,310	4	33	382	869	22	1,310
34	広島県	0	5	94	483	929	1,511	0	48	693	769	1	1,511
35	山口県	0	3	66	202	340	611	0	9	181	421	0	611
36	徳島県	0	1	47	140	311	499	0	11	179	253	56	499
37	香川県	0	4	39	190	425	658	2	24	346	285	1	658
38	愛媛県	0	4	83	258	531	876	2	21	258	595	0	876
39	高知県	0	1	31	146	295	473	1	10	127	321	14	473
40	福岡県	0	17	213	883	1,390	2,503	1	37	1,201	1,254	10	2,503
41	佐賀県	0	4	62	191	261	518	0	11	170	333	4	518
42	長崎県	0	4	72	250	463	789	1	20	349	419	0	789
43	熊本県	0	7	124	466	714	1,311	1	29	706	575	0	1,311
44	大分県	0	2	64	205	465	736	2	31	349	352	2	736
45	宮崎県	0	1	74	229	433	737	1	20	233	444	39	737
46	鹿児島県	0	2	119	399	809	1,329	3	26	556	742	2	1,329
47	沖縄県	0	6	64	352	382	804	0	28	236	511	29	804
合計【人】		3	329	5,253	21,756	37,528	64,869	112	1,783	23,662	39,037	275	64,869
割合		0.0%	0.5%	8.1%	33.5%	57.9%	100.0%	0.2%	2.7%	36.5%	60.2%	0.4%	100.0%

※端数処理（四捨五入）のため、割合の合計は100%にならない場合があります。

令和3年4月28日より全国で本格実施

環境省
×
気象庁

熱中症警戒アラート

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・救急搬送人員数**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

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

- 府県予報区内のどこかの地点で暑さ指数 (WBGT) が**33以上になると予測した場合に発表**

暑さ指数 (WBGT)	通常すべての生活活動の目安 ⁽¹⁾	日常生活における注意事項 ⁽²⁾	熱中症予防運動指針 ⁽³⁾
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。	運動は原則中止 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	すべての生活活動における危険性	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒(激しい運動は中止) 熱中症の危険性が高いため、激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る。10~20分おきに休憩をとり、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	運動や激し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) 熱中症の危険が及ぶので、積極的に休憩をとり、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきに十分に休憩をとる。
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激し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) 熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・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

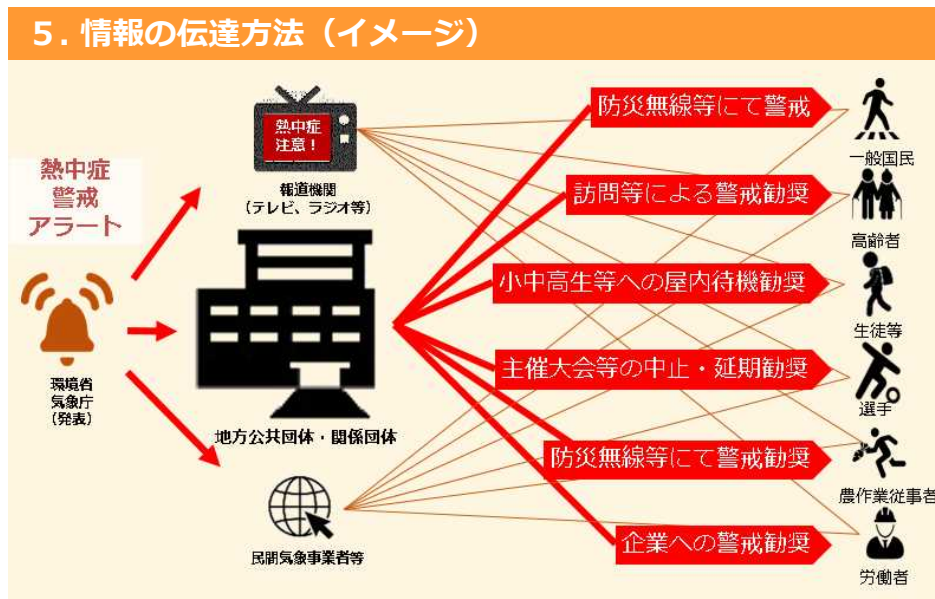
4. 発表の地域単位・タイミング

<地域単位>

- 気象庁の府県予報区単位で発表
- 該当府県予報区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



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測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)

- 不要不急の外出は避け、昼夜を問わずエアコン等を使用する。
- 高齢者、子ども、障害者等に対して周囲の方々から声かけをする。
- 身の回りの暑さ指数 (WBGT) を確認し、行動の目安にする。
- エアコン等が設置されていない屋内外での運動は、原則中止/延期をする。
- のどが渇く前にこまめに水分補給するなど普段以上の熱中症予防を実践する。

7. 令和3年度以降の検証について

- 令和3年度の全国展開以降、定期的に「熱中症警戒アラート」の発表状況等を踏まえた検証を実施し、効果の算出に努める。
- 継続的に検証を重ね、今後の熱中症対策の課題改善に繋げる。