



5ス健ス第10号  
令和5年5月12日

公益財団法人日本オリンピック委員会事務局  
公益財団法人日本スポーツ協会事務局 御中  
公益財団法人日本パラスポーツ協会事務局

スポーツ庁健康スポーツ課長  
和田 訓

スポーツ活動における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。

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とともに、年齢、性別、障害の有無や程度等に応じて対応することが必要です。

スポーツ庁においては、熱中症の事故防止のための適切な措置を講じるよう、都道府県及び指定都市スポーツ主管課に対し、「スポーツ活動における熱中症事故の防止について（依頼）」（別添）のとおり通知しましたので、お知らせします。

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を踏まえ、貴団体におかれては、別添を参照し、熱中症事故防止のための適切な措置を講ずるとともに、本件について、加盟・登録団体、その他の関係機関に対しても周知されるようお願いいたします。

【本件担当】

スポーツ庁健康スポーツ課  
事業係 担当：藤谷・永山  
アドレス：kensport@mext.go.jp  
電話：03-5253-4111(内線 2998)

各都道府県スポーツ主管課長・スポーツ施設主管課長 殿  
各指定都市スポーツ主管課長・スポーツ施設主管課長

スポーツ庁健康スポーツ課長  
和田 訓

スポーツ庁参事官（地域振興担当）  
田中 一 明

### スポーツ活動における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、毎年4月1日～9月30日を期間とする「熱中症予防強化キャンペーン」を実施し、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。

また、今般、熱中症対策を一層推進するため、気候変動適応法及び独立行政法人環境再生保全機構法の一部を改正する法律（令和5年法律第23号）が成立しました。

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。

なお、都道府県スポーツ主管課・スポーツ施設主管課におかれては、所管の市区町村スポーツ主管課・スポーツ施設主管課に対して本件を周知されるようお願いいたします。

### 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いたします。

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、「熱中症警戒アラート」（別添1参照）につきましては、本年度は4月26日より情報提供がされております。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。

気候変動適応法及び独立行政法人環境再生保全機構法の一部を改正する法律（令和5年法律第23号）が成立し、現行の「熱中症警戒アラート」が法律に位置付けられるとともに、より深刻な健康被害が発生し得る場合に備え、一段上の「熱中症特別警戒アラート」が新たに創設されることとなりました。さらに、市町村長が冷房設備を有する等の要件を満たす施設（公民館、図書館、ショッピングセンター、社会体育施設等）を「指定暑熱避難施設」（クーリングシェルター）として指定できることになりました。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。

**【本件担当】**

スポーツ庁健康スポーツ課  
事業係 担当：藤谷・永山  
アドレス：[kensport@mext.go.jp](mailto:kensport@mext.go.jp)  
電話：03-5253-4111(内線2998)

スポーツ庁参事官（地域振興担当）付  
施設企画係 担当：井上  
アドレス：[stiiki@mext.go.jp](mailto:stiiki@mext.go.jp)  
電話：03-5253-4111（内線3773）

熱中症による救急搬送状況(令和4年)  
「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4年5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	18	112	330	635	1,095	5	22	319	734	15	1,095
2	青森県	0	3	42	120	261	426	1	7	133	279	6	426
3	岩手県	0	0	38	148	330	516	0	5	129	379	3	516
4	宮城県	0	3	161	445	579	1,188	0	18	516	654	0	1,188
5	秋田県	0	1	50	112	288	451	1	12	114	324	0	451
6	山形県	0	2	68	140	342	552	2	9	166	347	28	552
7	福島県	0	3	116	410	755	1,284	2	27	295	958	2	1,284
8	茨城県	0	11	210	786	1,073	2,080	2	57	776	1,245	0	2,080
9	栃木県	0	7	108	397	586	1,098	2	47	372	677	0	1,098
10	群馬県	0	13	174	458	755	1,400	1	60	642	697	0	1,400
11	埼玉県	0	38	435	1,671	2,519	4,663	9	163	1,408	3,082	1	4,663
12	千葉県	0	24	293	1,130	1,597	3,044	2	65	1,066	1,911	0	3,044
13	東京都	0	59	424	2,298	3,173	5,954	0	240	2,030	3,684	0	5,954
14	神奈川県	0	42	349	1,278	1,671	3,340	1	107	1,253	1,979	0	3,340
15	新潟県	0	11	110	398	707	1,226	3	40	385	797	1	1,226
16	富山県	0	2	35	170	365	572	2	18	187	365	0	572
17	石川県	0	7	67	230	415	719	2	6	212	499	0	719
18	福井県	0	2	80	167	285	534	0	12	186	336	0	534
19	山梨県	0	5	64	158	269	496	1	12	159	324	0	496
20	長野県	0	6	115	265	577	963	3	18	319	623	0	963
21	岐阜県	0	10	165	364	746	1,285	0	33	554	698	0	1,285
22	静岡県	1	15	198	601	873	1,688	1	35	544	1,108	0	1,688
23	愛知県	0	39	465	1,590	2,211	4,305	3	87	1,118	3,094	3	4,305
24	三重県	0	5	125	463	652	1,245	4	16	215	971	39	1,245
25	滋賀県	1	9	124	286	416	836	1	7	156	672	0	836
26	京都府	0	15	169	617	966	1,767	0	16	297	1,452	2	1,767
27	大阪府	0	46	569	1,667	2,346	4,628	2	32	844	3,750	0	4,628
28	兵庫県	0	31	371	1,027	1,872	3,301	3	60	873	2,362	3	3,301
29	奈良県	0	17	153	318	522	1,010	1	10	283	716	0	1,010
30	和歌山県	0	8	79	255	404	746	2	27	133	584	0	746
31	鳥取県	0	2	69	161	320	552	1	12	244	288	7	552
32	島根県	0	2	47	158	267	474	0	14	219	241	0	474
33	岡山県	0	10	157	490	907	1,564	1	28	429	1,100	6	1,564
34	広島県	0	11	158	464	945	1,578	0	37	673	867	1	1,578
35	山口県	0	6	86	229	374	695	0	8	185	502	0	695
36	徳島県	0	1	85	166	358	610	2	9	196	363	40	610
37	香川県	0	5	85	217	471	778	1	25	334	418	0	778
38	愛媛県	0	8	99	278	581	966	2	19	246	698	1	966
39	高知県	0	2	54	181	349	586	0	12	127	374	73	586
40	福岡県	0	19	408	1,036	1,654	3,117	0	35	1,265	1,794	23	3,117
41	佐賀県	0	5	109	228	378	720	4	15	239	438	24	720
42	長崎県	0	5	127	275	539	946	0	13	381	552	0	946
43	熊本県	0	14	185	498	857	1,554	4	41	819	690	0	1,554
44	大分県	0	7	93	260	668	1,028	4	32	480	510	2	1,028
45	宮崎県	0	1	73	259	460	793	0	17	235	541	0	793
46	鹿児島県	0	5	214	465	870	1,554	1	24	563	966	0	1,554
47	沖縄県	0	11	118	436	537	1,102	4	24	267	768	39	1,102
合計【人】		2	566	7,636	24,100	38,725	71,029	80	1,633	22,586	46,411	319	71,029
割合		0.0%	0.8%	10.8%	33.9%	54.5%	100.0%	0.1%	2.3%	31.8%	65.3%	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。

# 「熱中症警戒アラート」について

令和5年度は4月26日(水)から10月25日(水)まで実施



環境省

×

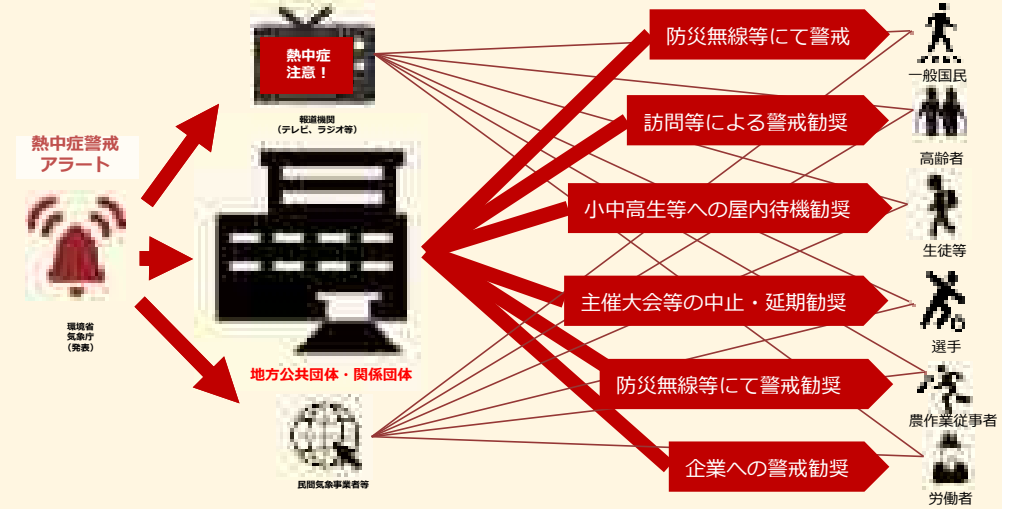


気象庁

## 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。

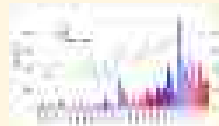
## 5. 情報の伝達方法 (イメージ)



※ 農作業従事者向けの「MAFFアプリ」や訪日外国人旅行者向けの「Safety tips」、LINE公式アカウントをはじめとしたSNSアカウント等も活用し、情報を発信。

### 1. 背景

- 熱中症による**死亡者数・救急搬送人員**は高い水準で推移しており、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、熱中症の発生との相関が高い**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、人間の熱バロウズに影響の大きい

**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)	注意すべき生活活動の目安*	日常生活における注意事項†	熱中症予防運動指針‡
31℃以上	すべての生活活動で起こる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。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。特に子どもの場合には中止すべき。
28~31℃	中等度以上の生活活動で起こる危険性	外出時は炎天下を避け室内では室温の上昇に注意する。	軽微な運動 (激しい運動は中止) 熱中症の危険性が低い。激しい運動や持久走など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・塩分を補給する。暑さに弱い人は運動を原則中止。
25~28℃	中等度以上の生活活動で起こる危険性	運動や激しい作業をする際は事前に十分に体温調節を行う。	軽微 (積極的) に運動 熱中症の危険が低く、積極的に運動をとり適宜水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきに休憩をとる。
21~25℃	強い生活活動で起こる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や激しい作業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。熱中症の発生に注意するとともに、運動の合間には積極的に水分・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**府県予報区等単位**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>

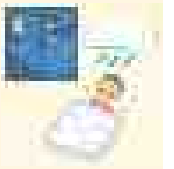
- 前日の17時頃及び当日の朝5時頃**に最新の**予測値**を元に発表
- 報道機関の夜及び朝のニュースの際に報道いただくことを想定
- 「気づき」を促すものであるため、一度発表したアラートはその後の予報で基準を下回っても取り下げない

### 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4年度の実績 (全国)

**発表地域: 46地域/58地域**  
**発表日数: 85日/183日**  
**延べ発表回数: 889回**  
 ※4/27~10/26  
 (4月第4水曜から10月第4水曜まで)

### 【参考】令和3年度の実績

**発表地域: 53地域/58地域**  
**発表日数: 75日/183日**  
**延べ発表回数: 613回**  
 ※4/28~10/27  
 (4月第4水曜から10月第4水曜まで)

※令和3年から全国運用開始

## 【参考資料】

- 1 環境省  
「熱中症環境保健マニュアル 2022」 (令和 4 年 3 月改訂)  
[https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness\\_manual.php](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](https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_gline.php)  
「熱中症予防情報サイト」  
(P C) <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  
「熱中症から身を守るために」  
<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/kuash/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](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 31 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」 (令和 2 年 12 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](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)  
[https://swim.or.jp/achievement/#anc5\\_1](https://swim.or.jp/achievement/#anc5_1)  
「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](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/](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://judo.or.jp/cms/wp-content/uploads/2020/02/anzen-shido-2020-5.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](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/>  
「ラグビー外傷・障害対応マニュアル」 (公益財団法人日本ラグビーフットボール協会)  
<https://www.jrfuplayerwelfare.com/>  
「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>  
※中央競技団体については、全てを網羅しているものではありません。
- 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.lg.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>