



# 熱中症 今から対策を

## 今夏も記録的な暑さ見通し

### 体調管理や警戒指数活用

今日から5月。熱中症への注意が必要な季節になった。大分地方気象台によると、今夏は地球全体の温度がかなり高く、県内も平年より暑くなる見通しだ。環境省は4月下旬から、特に危険度の高い日に予防行動の徹底を促す「熱中症特別警戒アラート」の運用を開始。県は「体が暑さに慣れていない今の時季からの対策が重要」と呼びかけている。

気象台などによると、太平洋高気圧の張り出しが強くと、南から暖かく湿った空気が流れ込むため、日本付近は暖かい空気に覆われやすい。地球温暖化の影響もあり、今年の夏も記録的な暑さが見込まれる。

熱中症対策の一環で、環境省は2021年から「熱中症警戒アラート」を運用。気温や湿度、日射などを基に「暑さ指数」を算出し、指数33以上になった場合に発表している。県内では昨年、23回出された。

**熱中症特別警戒アラート**  
過去に例のない広域的な危険な暑さ  
救急搬送者の大量発生への恐れ



都道府県内の全地点で暑さ指数35と予測  
前日午後2時に発表

今後のさらなる暑さを見据え、指数35以上の「特別警戒アラート」を今年新たに設けた。一段と強い呼びかけで危険性を伝える。

発表時は各自の予防行動に加え▽高齢者や乳幼児ら熱中症にかかりやすい人が涼しい環境で過ごせているか周りの人が確認する▽校長、経営者、イベント主催者などは熱中症対策を徹底できない場合、行事の中止や変更を検討する「などの対応を促す。

県消防保安室によると、

熱中症警戒アラート  
× 特別警戒アラート  
各県の暑さ指数は、環境省の「熱中症予防情報サイト」で確認できる。県内は14地点の指数を公表。指数は21未満の「ほぼ安全」から31以上の「危険」まで5段階で色分けしている。特別警戒アラートは、各都道府県内の全地点で翌日の指数が35に達すると予測される場合に発表する。

浴で汗をかきやすい体づくりをする「暑熱順化」を勧めている。  
県健康政策・感染症対策課は「健康管理を徹底した上で、こまめに水分を取る」ことが大切。暑さ指数などの情報も普段から活用して「過ごしてほしい」と話している。(牧里優子)

〔問①〕「熱中症警戒アラート」は、大分県内で2023年は何回出されましたか。

〔問②〕今年から運用する「熱中症特別警戒アラート」は、「暑さ指数」が何以上で発表しますか。

〔問③〕熱中症のリスクを減らすため、日本気象協会が勧める、無理のない運動や入浴で汗をかきやすい体づくりをすることを何と言いますか。

〔問④〕危険な暑さとなった際、どのような対応が必要ですか。考えよう。