



4ス健ス第10号  
令和4年5月31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

### 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はありますが、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、「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：塚本・水名口  
アドレス：kensport@mext.go.jp  
電話：03-5253-4111(内線 3939)  
FAX：03-6734-3792

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  
和田 訓

### 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。

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いたします。

なお、都道府県スポーツ主管課におかれては、所管の市区町村スポーツ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、昨年度から全国で運用が開始された「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27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、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. 運動やスポーツを行う際は、十分な距離（2m以上を目安）を確保できる場合にはマスクの着用は必要ないこと、マスクを着用しないで行う場合は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための対策を講じることにについて、注意喚起をお願いします。特に夏場については、熱中症予防の観点から、マスクを外すことを推奨していただくようお願いいたします。

また、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とること等、無理をしないことについて、注意喚起をお願いします。

なお、運動やスポーツを行う際には、三つの密（密閉、密集、密接）に該当する場所を避け、時間、場所を選んで実施していただくようお願いいたします。

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](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](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](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](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  
事業係 担当：塚本・水名口  
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 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」

(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

「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/saigairyou.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3年）

別紙

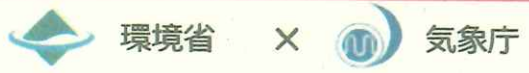
「都道府県別の年齢区分別、初診時における傷病程度別救急搬送人員」

都道府県		令和3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	12	145	618	1,171	1,946	7	66	629	1,189	55	1,946
2	青森県	0	3	72	156	318	549	6	11	195	334	3	549
3	岩手県	0	3	49	174	377	603	3	18	189	387	6	603
4	宮城県	0	13	118	346	478	955	2	25	495	433	0	955
5	秋田県	0	6	40	135	373	554	5	33	190	312	14	554
6	山形県	0	1	59	167	370	597	4	25	209	318	41	597
7	福島県	1	3	71	305	539	919	3	29	258	628	1	919
8	茨城県	1	4	97	485	672	1,259	1	35	489	734	0	1,259
9	栃木県	0	2	79	273	358	712	0	24	261	427	0	712
10	群馬県	0	9	97	262	462	830	0	22	384	424	0	830
11	埼玉県	0	12	245	951	1,494	2,702	2	69	896	1,735	0	2,702
12	千葉県	1	25	175	791	1,011	2,003	1	40	686	1,276	0	2,003
13	東京都	0	21	261	1,317	1,847	3,446	1	104	1,162	2,178	1	3,446
14	神奈川県	0	35	255	856	1,098	2,244	0	65	850	1,328	1	2,244
15	新潟県	0	5	93	362	632	1,092	4	37	406	642	3	1,092
16	富山県	0	1	39	81	227	348	2	9	135	202	0	348
17	石川県	0	1	39	150	336	526	0	18	156	352	0	526
18	福井県	0	2	32	81	176	291	1	7	125	158	0	291
19	山梨県	0	5	28	125	201	359	0	7	143	209	0	359
20	長野県	0	7	63	167	427	664	1	17	277	369	0	664
21	岐阜県	0	4	91	282	485	862	1	26	365	468	2	862
22	静岡県	1	12	116	380	597	1,106	0	28	382	696	0	1,106
23	愛知県	1	27	291	965	1,308	2,592	1	31	688	1,872	0	2,592
24	三重県	0	5	66	256	426	753	3	12	145	500	93	753
25	滋賀県	0	2	55	144	277	478	1	10	89	378	0	478
26	京都府	0	6	86	307	655	1,054	0	12	208	825	9	1,054
27	大阪府	0	16	304	1,011	1,513	2,844	3	20	599	2,222	0	2,844
28	兵庫県	0	18	238	619	1,219	2,094	3	34	598	1,459	0	2,094
29	奈良県	0	5	82	212	309	608	0	12	166	430	0	608
30	和歌山県	1	5	39	144	282	471	1	10	102	357	1	471
31	鳥取県	0	2	34	92	217	345	1	7	165	172	0	345
32	島根県	0	1	42	86	203	332	0	16	156	160	0	332
33	岡山県	0	13	93	301	630	1,037	3	30	327	664	13	1,037
34	広島県	0	6	77	347	696	1,126	2	22	467	635	0	1,126
35	山口県	0	1	58	153	287	499	0	4	146	349	0	499
36	徳島県	0	6	39	100	262	407	3	9	116	206	73	407
37	香川県	1	3	49	124	223	400	2	20	160	218	0	400
38	愛媛県	0	3	53	165	364	585	2	17	169	397	0	585
39	高知県	0	0	24	127	278	429	0	12	107	269	41	429
40	福岡県	0	15	217	692	1,093	2,017	2	18	896	1,076	25	2,017
41	佐賀県	0	6	51	162	228	447	0	6	137	286	18	447
42	長崎県	0	3	63	234	376	676	0	11	298	367	0	676
43	熊本県	0	7	123	319	597	1,046	1	34	635	376	0	1,046
44	大分県	0	5	52	150	391	598	2	10	295	291	0	598
45	宮崎県	0	3	58	168	414	643	0	21	223	395	4	643
46	鹿児島県	0	2	98	263	634	997	2	20	432	543	0	997
47	沖縄県	0	13	54	354	411	832	4	30	257	512	29	832
合計【人】		7	359	4,610	15,959	26,942	47,877	80	1,143	16,463	29,758	433	47,877
割合		0.0%	0.7%	9.6%	33.3%	56.3%	100.0%	0.2%	2.4%	34.4%	62.2%	0.9%	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4年度は 4月27日(水)から10月26日(水)まで実施

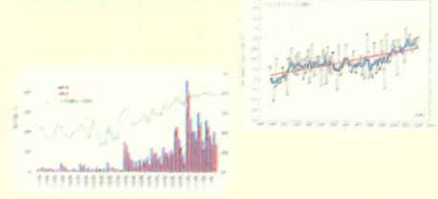


## 熱中症警戒アラート

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、人間の熱バラスに影響の大きい

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)	注意すべき暑熱環境	対応すべき暑熱環境	熱中症予防情報
33以上	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	熱中症警戒アラート
30-32	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温注意情報
25-29	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温注意情報
20-24	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温注意情報
15-19	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温多湿、直射日光、体感温度が高い	高温注意情報

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

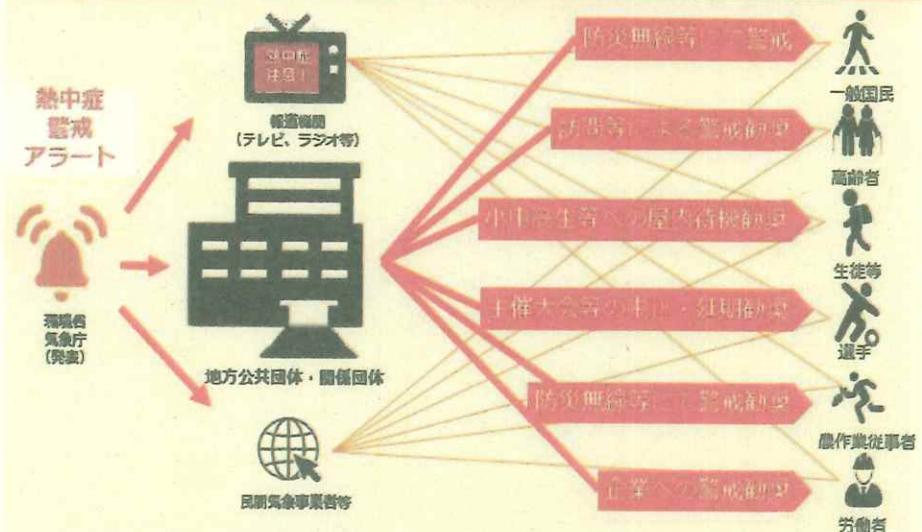
#### <地域単位>

- 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

### 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。

### 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年度の実績

全国における 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時点