

事 務 連 絡  
平成 24 年 6 月 15 日

各都道府県消防防災主管部(局)長 殿

消防庁救急企画室長

### 熱中症対策の推進について

平素より、救急行政の推進について御理解、御協力いただき御礼申し上げます。

さて、政府では、熱中症関係省庁連絡会議を設置し、関係省庁の緊密な連携の下に、熱中症の予防と応急対策に係る知識の普及、熱中症対策関連情報の周知及び地域の実情に応じた対策を推進しているところです。

消防庁においても、熱中症対策に万全を期す必要があることから、「熱中症対策リーフレット」を活用するなど下記のとおりその対策についてまとめましたので、衛生主管部(局)をはじめ関係各局とも連携の上、各地域の実態に応じた熱中症対策の推進について宜しくお願い致します。

つきましては、本主旨を御了知の上、貴都道府県内市町村(消防の事務を処理する組合を含む。)及び各地域メディカルコントロール協議会にも御周知のほどお願い致します。

### 記

#### 1 市民等への積極的な情報提供(注意喚起)

(1) 市民等に対し「熱中症対策リーフレット」(別添)等を活用した積極的な呼びかけの実施

※ 「熱中症対策リーフレット」は、昭和大学病院三宅康史准教授、国立環境研究所小野雅司フェロー、東京消防庁、さいたま市消防局、千葉市消防局の協力を得て作成したものです。

(2) 防災行政無線や広報車等の活用による猛暑時の注意喚起の実施

(3) 応急手当指導講習や関係機関と連携したイベント等の開催による情報提供の実施

#### 2 救急活動時における留意事項

(1) 傷病者への対応

ア 救急隊員等に対する熱中症に関する知識の再確認

イ 地域メディカルコントロール協議会における熱中症傷病者への対応等に関する救急活動要領の再確認

ウ クーリング資器材等の適切な救急資器材の整備、活用

(2) 救急隊員に対する熱中症予防

ア 天候に応じた、冷却ベスト等の活用による熱中症予防の実施

イ 救急活動後だけでなく、救急出動前からのこまめな水分補給の実施

ウ 炎天下の活動における救急活動後の車内エアコンの活用等によるクールダウン可能な場所の確保

(熱中症対策リーフレット)

[消防庁ホームページ](#) → [熱中症情報](#) → [熱中症対策リーフレット](#)

(連絡先) 消防庁救急企画室

Tel : 03-5253-7529 FAX: 03-5253-7539

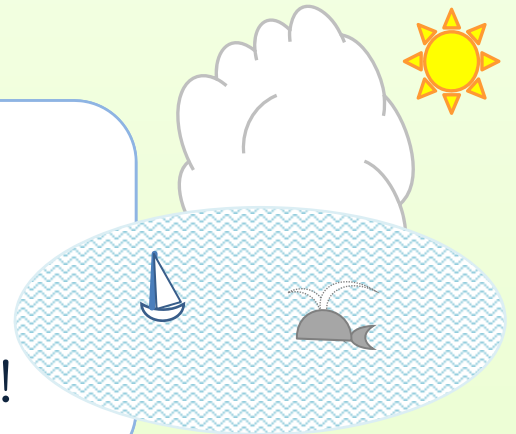
担当 : 日野原 伊藤 丸尾

Mail : y.maruo@soumu.go.jp

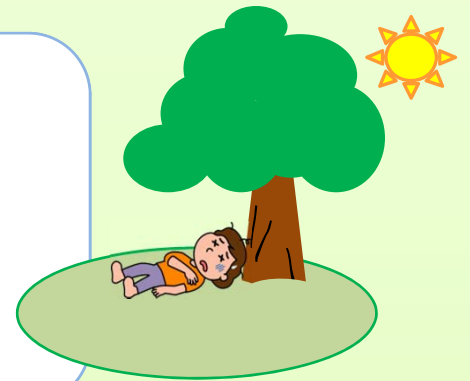
# 熱中症を予防して元気な夏を！



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。  
熱中症を知って、しっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう！



このリーフレットでは、熱中症の症状や応急手当を紹介しています。



救急車を呼んで、一刻も早く病院へ行くべき状態や症状についても紹介しています。  
当てはまる場合は、ためらわずに119番しましょう。

※消防庁で作成した「救急車利用マニュアル」も合わせてご覧ください

URL [http://www.fdma.go.jp/html/life/kyuukyusya\\_manual/index.html](http://www.fdma.go.jp/html/life/kyuukyusya_manual/index.html)

【memo】

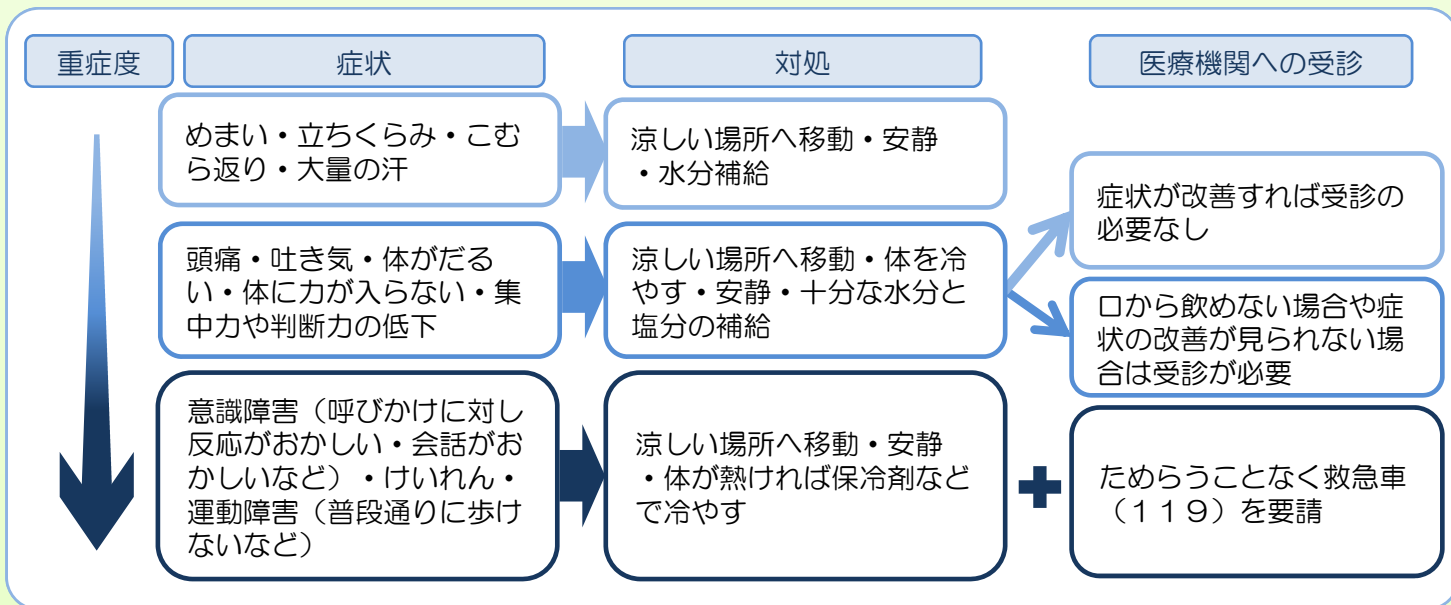


## 熱中症とは？

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

## 熱中症の分類と対処方法



## こんな時はためらわずに救急車を呼びましょう



- 自分で水が飲めなかったり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合はためらわずに救急車を呼んでください
- 意識がない（おかしい）、全身のけいれんがあるなどの症状を発見された方は、ためらわずに救急車を呼んでください

## 熱中症予防のポイント

- ☺ 部屋の温度をこまめにチェック！  
（普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします）
- ☺ 室温28℃を越えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう！
- ☺ のどが渴いたと感じたら必ず水分補給！
- ☺ のどが渴かなくてもこまめに水分補給！
- ☺ 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も！
- ☺ 無理をせず、適度に休憩を！
- ☺ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！



## 子供の特徴

地面の照り返しにより、高い温度にさらされる



汗腺などが未熟

体温調節機能が未熟なため、**熱中症にかかりやすい**

## 保護者の方へ

- 👉 お子さんの様子を十分に観察しましょう！
- 👉 遊びの最中には、水分補給や休憩を！
- 👉 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに！
- 👉 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう！

## 高齢者の特徴

汗をかきにくい



暑さを感じにくい

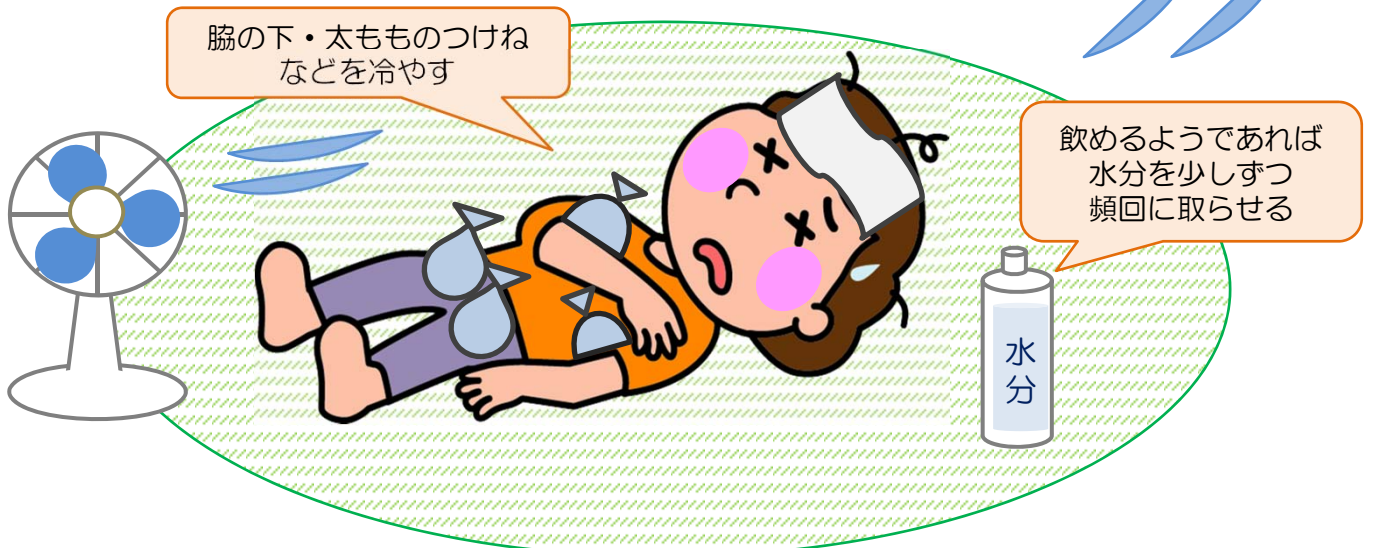
体温を下げるための体の反応が弱くなっており、**自覚がないのに熱中症になる危険がある**

## 熱中症にならないために

- 👉 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！
- 👉 のどが渇かなくても水分補給！
- 👉 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう！

## ＋熱中症の応急手当＋

- ＋ 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- ＋ エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす



🚑 持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらっておきましょう

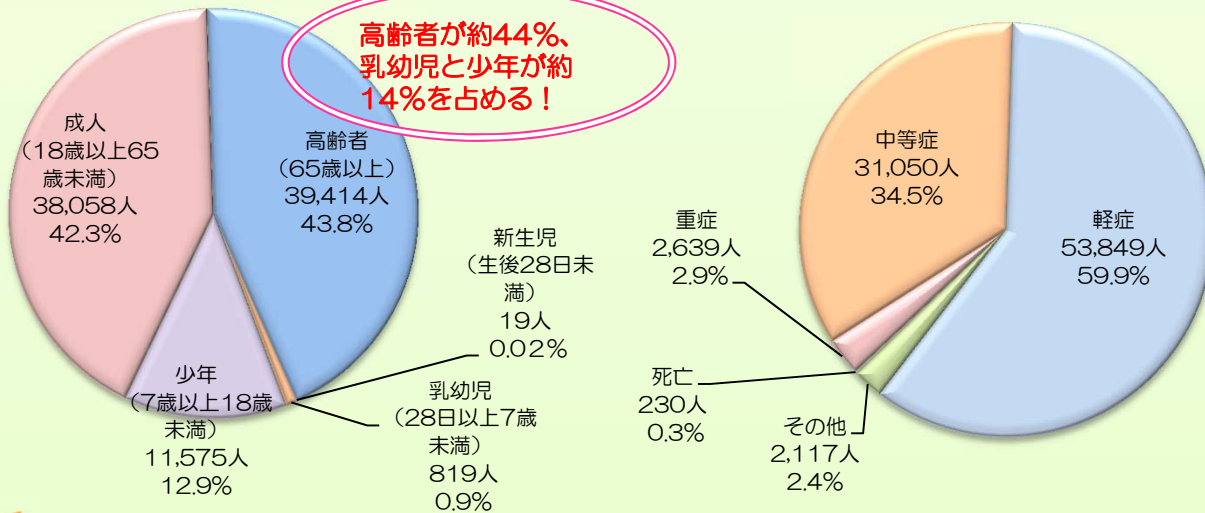




消防庁では、平成20年より夏期（7月～9月）における熱中症による救急搬送の全国調査を実施しています。年代別では、高齢者が4割を占めており、また、乳幼児と少年を合わせて1割以上となっています。

### 7月～9月の熱中症による救急搬送者の内訳（平成20年～平成22年合計）

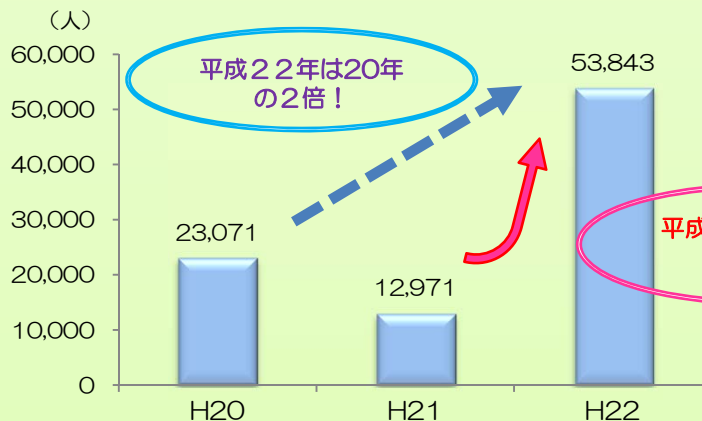
搬送人員計 89,885人



また、平成20年からの熱中症による救急搬送者数の推移をみると、記録的な猛暑だった平成22年は、平成20年の約2倍、平成21年の約4倍発生し、気温や湿度の上昇と関係があることが分かっています。

### 熱中症による救急搬送者の推移（平成20年～平成22年 7月～9月）

搬送人員計 89,885人



熱中症は予防ができる病気です。暑い夏を元気に過ごすため、熱中症のことをよく知り、しっかり予防しましょう。心臓や腎臓、その他持病をお持ちの方は、夏の過ごし方についてかかりつけの医師に相談し、上手にコントロールしましょう。

◆ 消防庁では、HP上で熱中症の救急搬送状況調査の速報を週ごとに公表しています  
消防庁HP「<http://www.fdma.go.jp/>」の右側の「熱中症情報」をクリック

参考

環境省：「熱中症環境保健マニュアル」[http://www.env.go.jp/chemi/heat\\_stroke/manual.html](http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/manual.html)