

夏本番前に熱中症対策を！

(令和4年5月から9月における熱中症による救急搬送状況の概要)

梅雨の合間の突然気温が上昇した日や湿度の高い蒸し暑い日が発生する6月頃から熱中症による救急搬送が多くなります。さらに梅雨が明け、夏本番となる7月頃から熱中症による救急搬送が急激に増加します。

熱中症を防ぐために暑さを避ける、外出や屋外での運動及び長時間の作業をやめる、こまめに水分・塩分の補給をするといった予防行動をとりましょう。

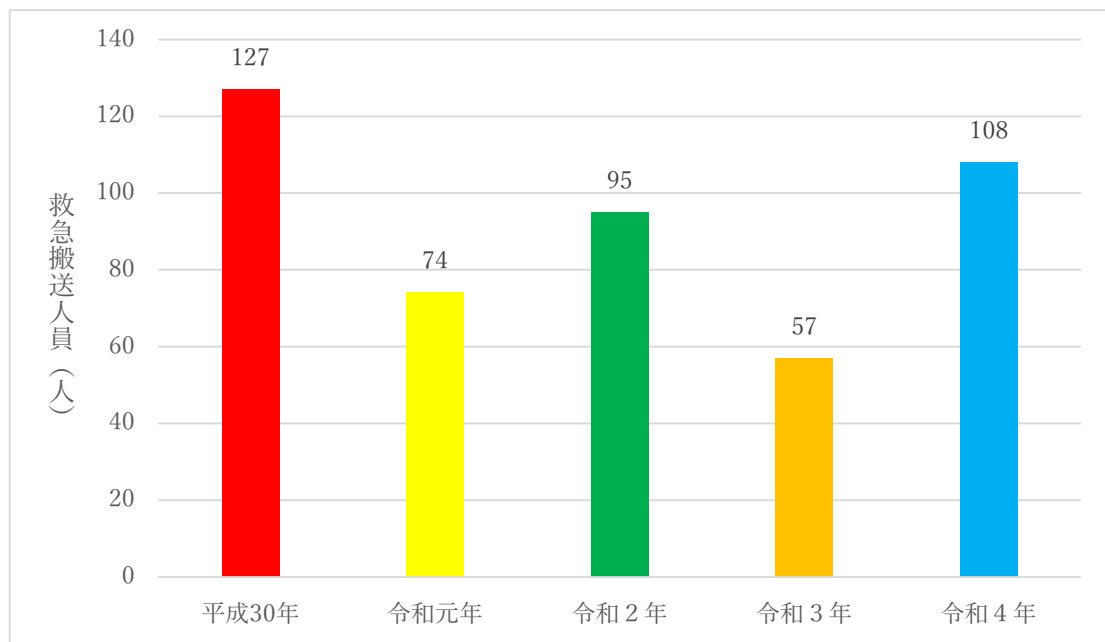
1 熱中症

熱中症とは、高温多湿な環境下で体温の調節機能が働かなくなり体内の水分や塩分のバランスが崩れ、頭痛、めまい、嘔気、嘔吐、けいれん、意識障害など様々な障害を発症するものです。

2 令和4年の熱中症による救急搬送人員

令和4年5月1日から9月30日までの熱中症に伴う救急搬送人員は、過去5年間で2番目に多い108人であり、前年と比べ51人増加しています。

増加した要因として、気象庁の発表では6月14日に梅雨入りし7月23日に梅雨明けしたとされていますが、速報値では6月28日に梅雨明けを迎えたとされるほど記録的な猛暑であったことから、暑熱順化できずに体調を崩してしまう人が増えたと考えられます。

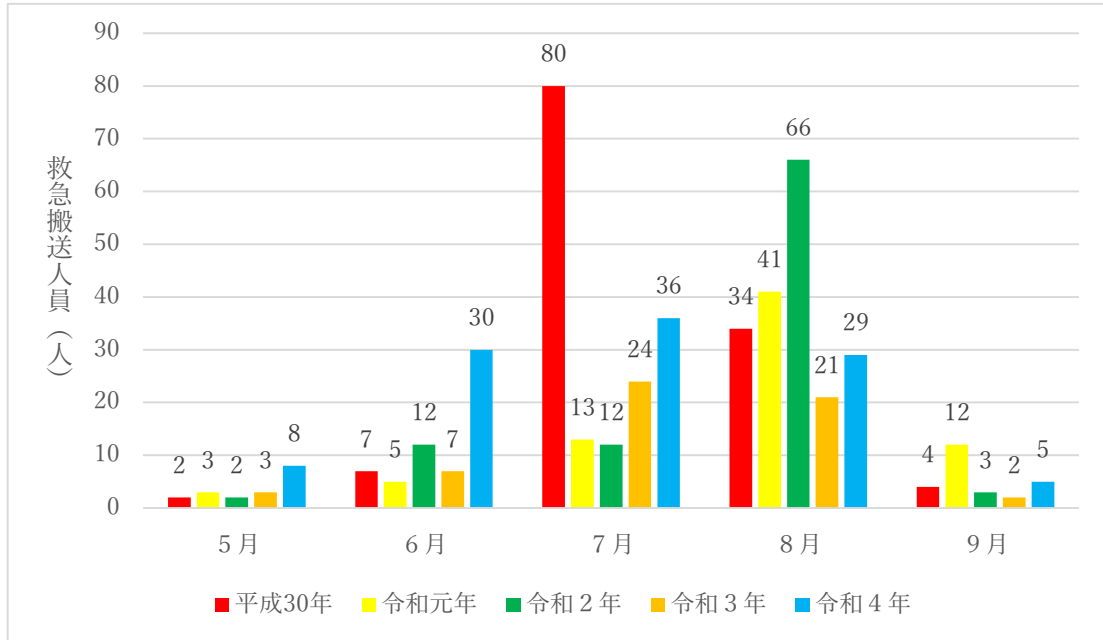


過去5年間の熱中症による救急搬送人員(各年5月～9月)

3 月別救急搬送人員

例年、梅雨明けから急激に熱中症に伴う救急搬送人員が増加する傾向にあります。

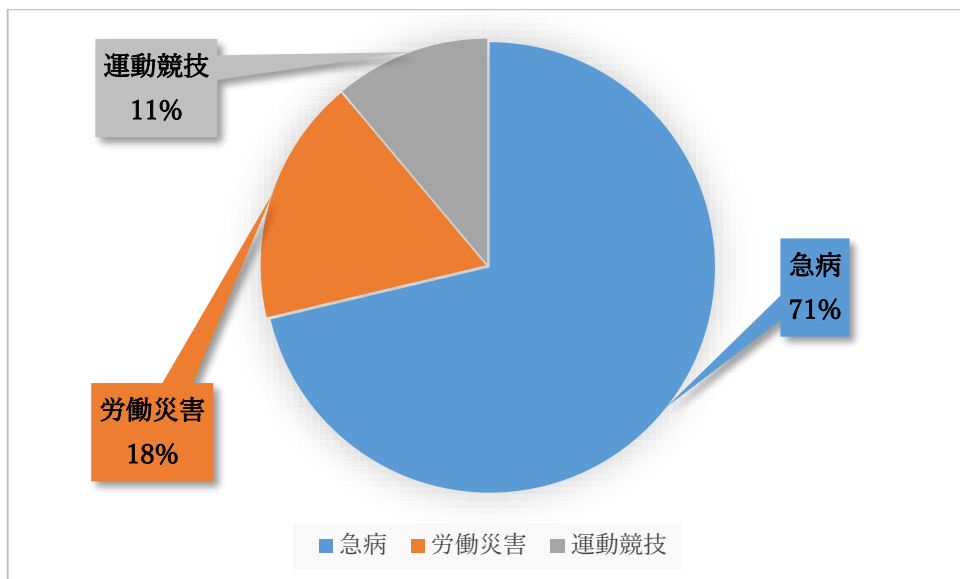
6月の救急搬送人員は、令和4年が過去最多となっており。その要因は、6月28日に梅雨明けを迎えたと速報されるほどの記録的な猛暑であったことが考えられます。



過去5年間における月別の熱中症による救急搬送人員（各年5月～9月）

4 事故種別

事故種別による救急搬送人員は、急病が77人で全体の約71%と最も多く、次いで労働災害19人（約18%）、運動競技12人（約11%）となっています。

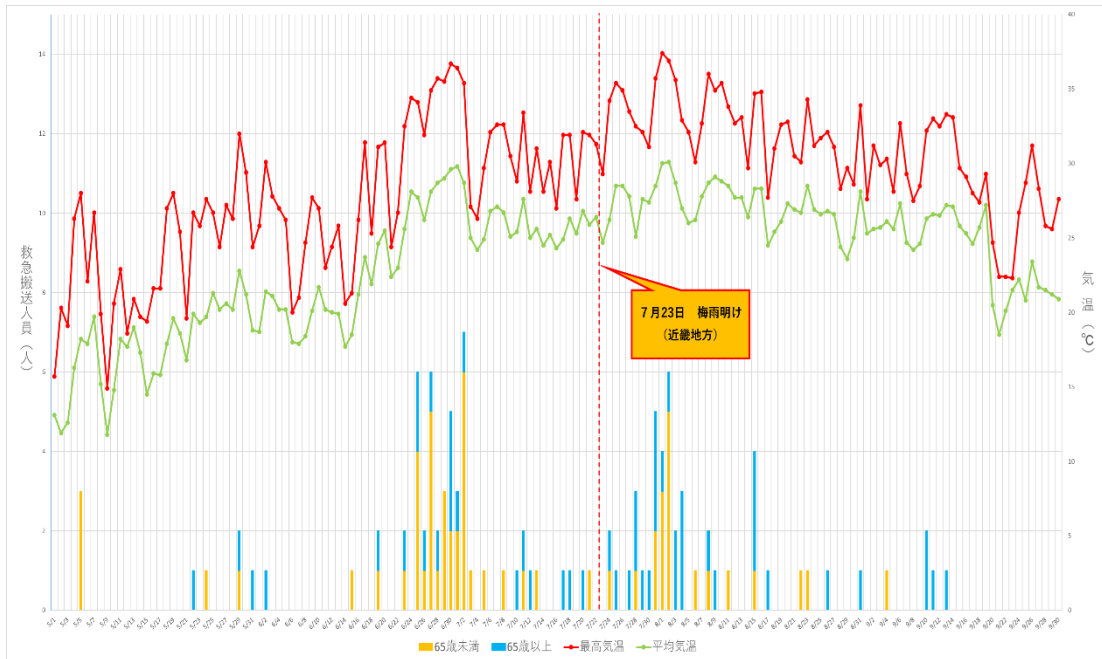


事故種別による救急搬送人員の割合（令和4年5月～9月）

5 救急搬送人員と気温の状況

熱中症による救急搬送人員と気温の関係を見ると、30℃以上（真夏日）の日が58日あり、救急搬送人員は60人でした（前年真夏日46日、救急搬送人員42人）。また、35℃以上（猛暑日）の日は、12日あり、救急搬送人員は37人でした（前年猛暑日3日、救急搬送人員3人）。

なお、1日で最も多く救急搬送された日は、7月2日の7人で最高気温は35.4℃でした。



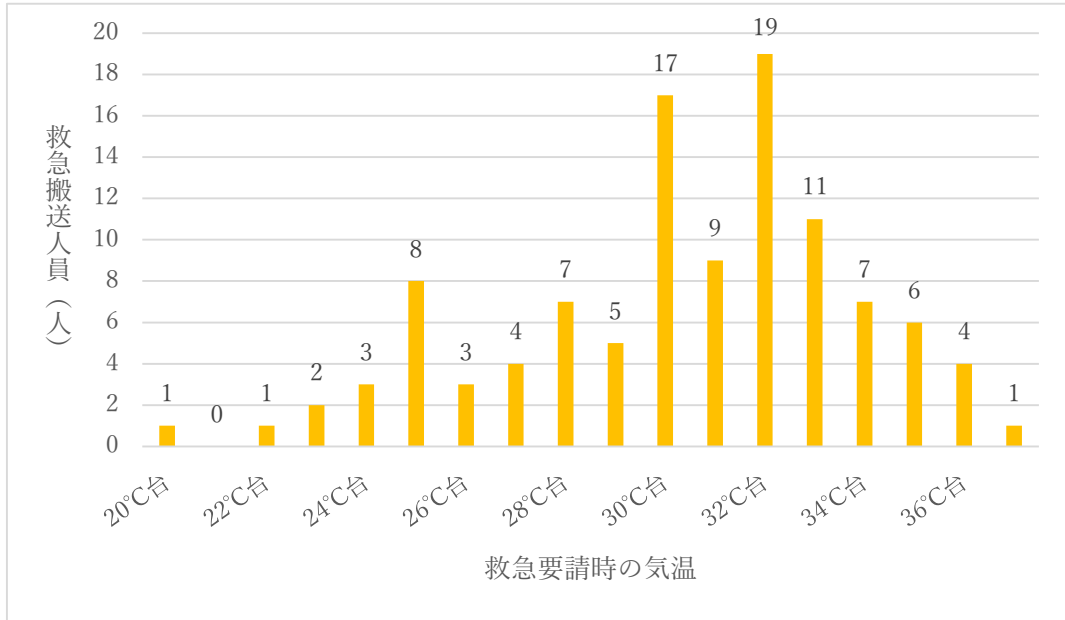
熱中症による救急搬送人員と気温（令和4年5月～9月）

月	区分	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	合計	累計	
5月	65歳未満				3																				1						1		5	5	
	65歳以上																								1						1		1	3	3
	計				3																				1	1					2		1	8	8
6月	65歳未満										1								1		1			1	4	1	5	1	3	2			19	24	
	65歳以上		1																	1				1	2	1	1	1			3		11	14	
	計		1																	1				2	6	2	6	2	3	5			30	38	
7月	65歳未満	2	6	1		1		1			1		1										1		1							2	18	42	
	65歳以上	1	1							1	1	1						1	1		1			1	1		1	2	1	1	3	18	32		
	計	3	7	1		1		1		1	2	1	1					1	1		1	1		2	1		1	3	1	1	5	36	74		
8月	65歳未満	3	5			1		1			1												1	1									14	56	
	65歳以上	1	1	2	3			1	1							3	1										1					1	15	47	
	計	4	6	2	3			1	2	1						4	1							1	1		1					1	29	103	
9月	65歳未満				1																												1	57	
	65歳以上									2	1		1																				4	51	
	計				1						2	1	1																				5	108	

熱中症による救急搬送人員（令和4年5月～9月）

6 救急要請時の気温と救急搬送人員

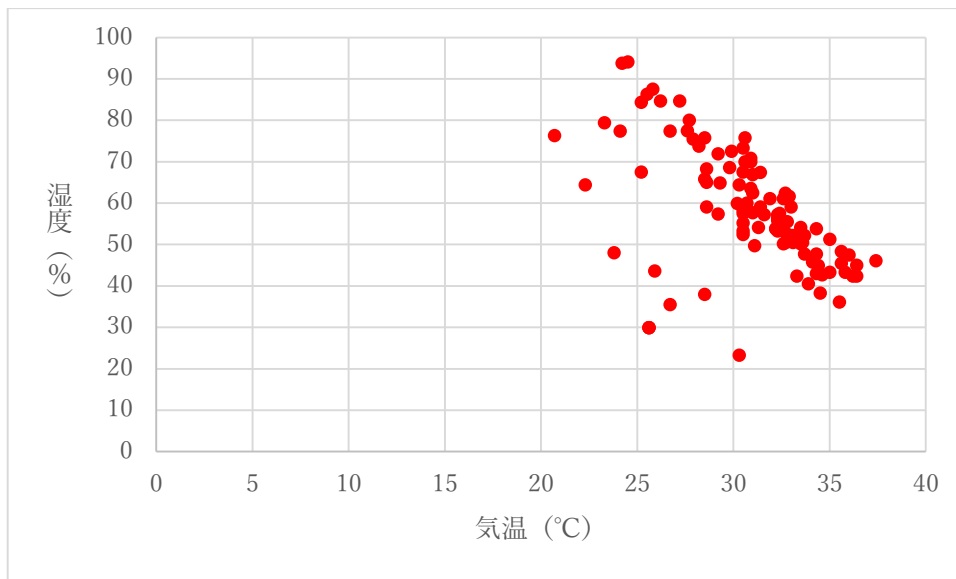
救急要請時の気温を見ると、30℃台から34℃台で63人が救急搬送されています。その内30℃台から32℃台で45人、また、25℃台から29℃台で27人が救急搬送されており、気温が上がりきる前に熱中症となる傾向が多く見られます。



救急要請時の気温と救急搬送人員 (令和4年5月～9月)

7 救急要請時の気温と湿度

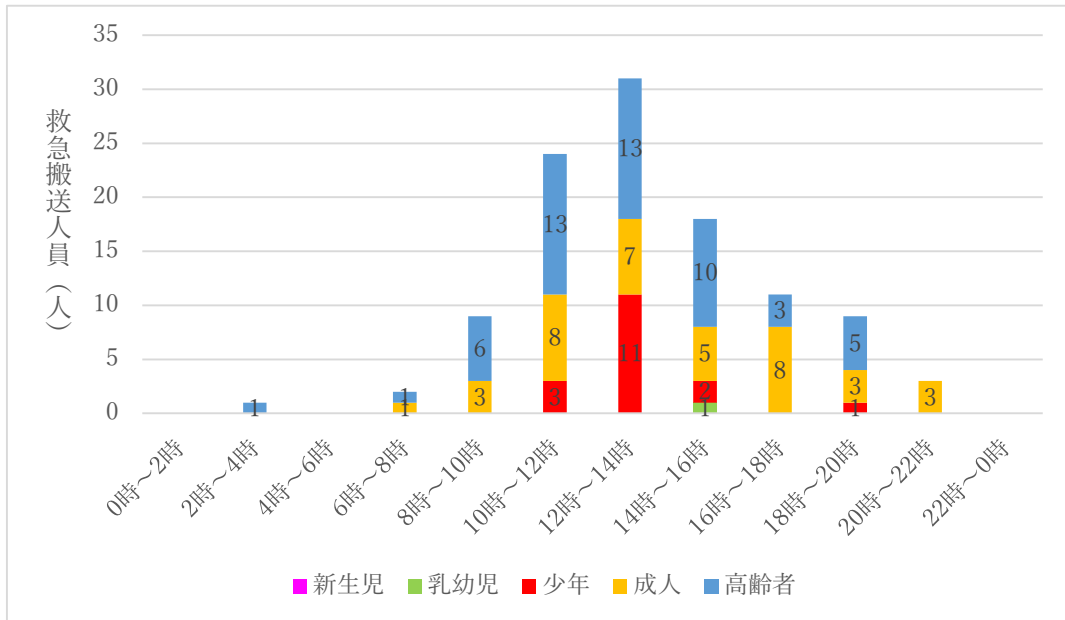
下図を見ると気温が高なくても湿度が高いと救急搬送されていることがわかります。令和4年は、気温30℃未満、湿度70%以上で18人が救急搬送されました。



救急要請時の気温と湿度 (令和4年5月～9月)

8 時間帯別及び年齢別の救急搬送人員

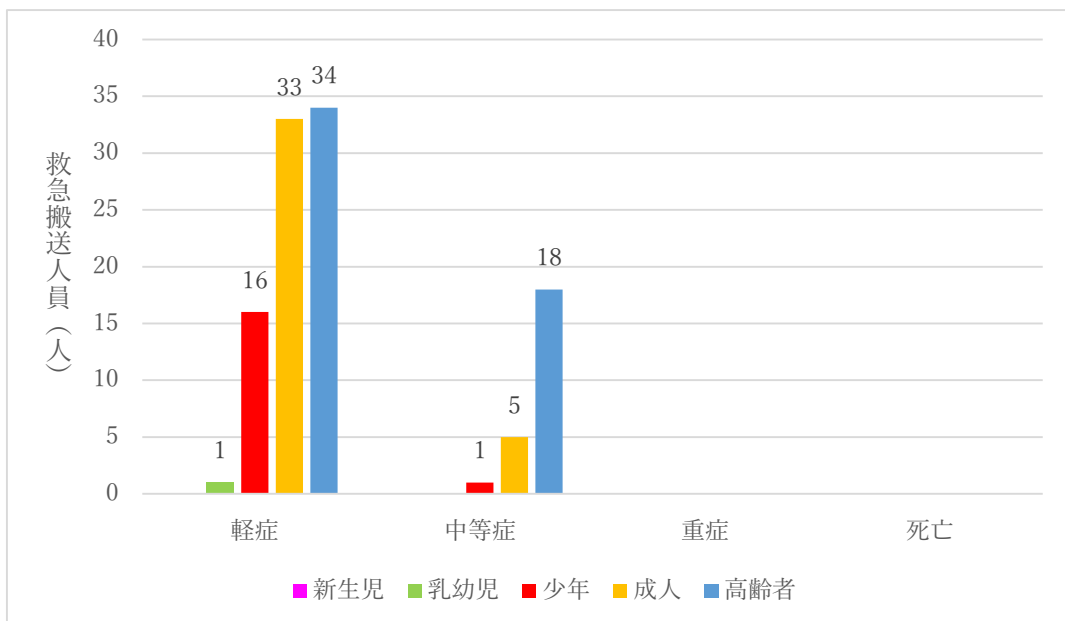
時間帯別の救急搬送状況を見ると、12時から14時までが31人と最も多く、次いで10時から12時までが24人でした。気温が上がり始める10時から高い気温を維持している16時までで73人と多くっており、全体の約68%を占めています。



時間帯別及び年齢別の救急搬送人員（令和4年5月～9月）

9 傷病程度別及び年齢別の救急搬送人員

傷病程度別による救急搬送人員は、軽症84人、中等症24人、重症0人、死亡0人となっています。



傷病程度別及び年齢別の救急搬送人員（令和4年5月～9月）

10 発生場所及び年齢別の救急搬送人員

令和4年の熱中症による救急発生場所は、住居が41人で全体の約38%と最も多く、次いで仕事場（工場等）19人（約18%）、道路13人（約12%）、公衆出入り場所（屋外）11人（約10%）、教育機関7人（約6%）、公衆出入り場所（屋内）5人（約5%）、仕事場（農地等）1人（約1%）となっています。

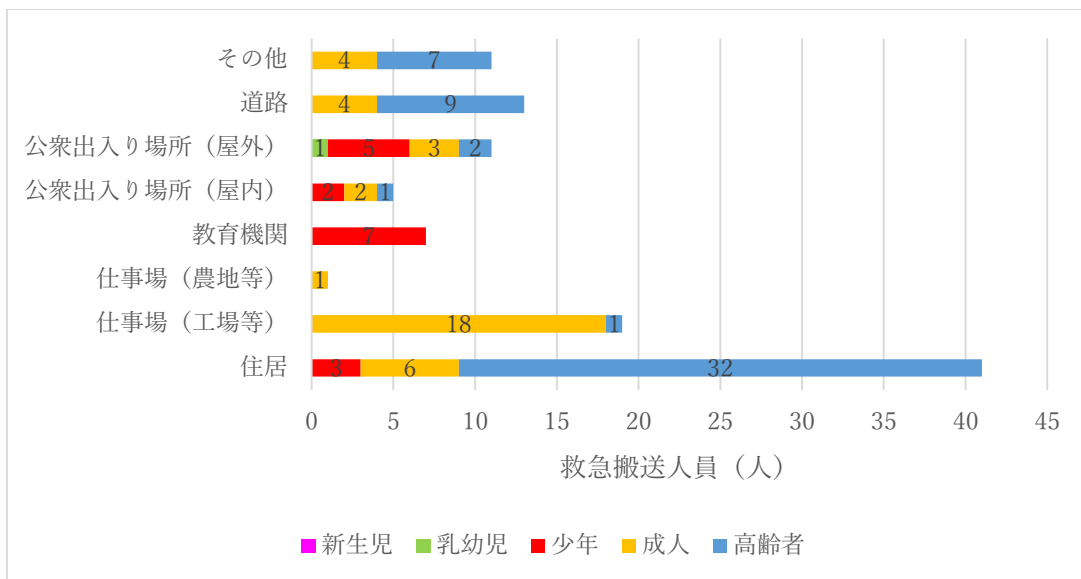
年齢別で見ると新生児（生後28日以内）の熱中症事案はなく、乳幼児（生後29日以上満7歳未満）が公衆出入り場所（屋外）で1人となっています。

少年（満7歳以上満18歳未満）は、教育機関が7人と最も多く、次いで公衆出入り場所（屋外）が5人、住居が3人、公衆出入り場所（屋内）が2人となっています。

成人（満18歳以上満65歳未満）は、仕事場（工場等）が18人と最も多く、次いで住居が6人、道路が4人、公衆出入り場所（屋外）が3人、公衆出入り場所（屋内）が2人、仕事場（農地等）が1人となっています。

高齢者（満65歳以上）は、住居32人と最も多く、次いで道路が9人、公衆出入り場所（屋外）が2人、仕事場（工場等）及び公衆出入り場所（屋内）が1人となっています。

これらのことから成人は、仕事場（工場等）で熱中症になる傾向が高く、高齢者では、住居で最も多く熱中症となっているため、屋内外問わず熱中症になる傾向が高いことがわかります。



発生場所及び年齢別の救急搬送人員（令和4年5月～9月）

11 令和4年の本消防本部管内における熱中症による救急搬送事例と予防対策

住居等の屋内で熱中症になった事例

- バスケットボールの試合後、両下肢にけいれんが出現したため救急要請
(令和4年5月 10代男性 軽症 気温 30.3℃ 湿度 23.3%)
- 自宅内にて反応が鈍くなり、ふるえが出現したため救急要請
(令和4年6月 80代女性 軽症 気温 28.2℃ 湿度 73.8%)
- 自宅寝室で就寝中に熱感が出現したため救急要請
(令和4年7月 90代男性 軽症 気温 25.8℃ 湿度 87.5%)
- 高温の室内で倦怠感が出現したため救急要請
(令和4年8月 90代女性 中等症 気温 28.5℃ 湿度 75.8%)
- ビニールハウスで作業後、食事中に意識消失したため救急要請
(令和4年9月 80代男性 軽症 気温 30.2℃ 湿度 59.9%)

道路上で熱中症になった事例

- 草刈り中に気分不良、嘔気及び嘔吐が出現したため救急要請
(令和4年6月 60代男性 軽症 気温 24.1℃ 湿度 77.4%)
- 自転車でツーリング中、嘔気及び四肢のしびれが出現したため救急要請
(令和4年8月 20代男性 軽症 気温 26.2℃ 湿度 84.7%)
- 歩行中、体調不良が出現したため救急要請
(令和4年8月 80代男性 中等症 気温 33℃ 湿度 59.1%)

屋外での作業等により熱中症になった事例

- 祭事中、屋外にて長時間立位で聴講していた3名が気分不良を訴え救急要請
(令和4年5月 10代女児 軽症 気温 25.6℃ 湿度 29.9%)
(令和4年5月 10代男児 軽症 気温 25.6℃ 湿度 29.9%)
(令和4年5月 10歳未満女児 軽症 気温 25.6℃ 湿度 29.9%)
- 道路舗装作業中、頭痛、嘔気及び立ちくらみが出現したため救急要請
(令和4年7月 40代男性 軽症 気温 28.6℃ 湿度 59.1%)
- インロックした車内に閉じ込められ、顔色紅潮及び体調不良が出現したため救急要請
(令和4年8月 10歳未満女児 軽症 気温 30.5℃ 湿度 73.3%)

屋外で運動中に熱中症になった事例

- 野球の試合中、寒気及び頭痛が出現したため救急要請
(令和4年6月 10代男児 中等症 気温 32.2℃ 湿度 53.8%)
- サッカーの練習中、両足がすり動けなくなったため救急要請
(令和4年7月 20代男性 軽症 気温 30.5℃ 湿度 57.5%)

屋内における予防対策

- 屋内では、窓を開けて風通しを良くしたり、エアコン、扇風機等を積極的に使用し、高温多湿な環境を作らないようにしましょう。
- こまめに水分、塩分を補給しましょう。特に子ども、高齢者、障がい者には、周囲の方による事前のサポートが必要であり、喉の渇きを感じる前にこまめに水分、塩分補給を促すことが重要です。
- 入浴により約 800ml の水分が失われてしまいます。脱水による熱中症を引き起こす危険性があるので、入浴前後にも水分補給をしましょう。

屋外における予防対策

- のどが渇いていなくても、こまめに水分、塩分補給をしましょう。
- 屋外では日傘、帽子等を使用し、できるだけ直射日光を避けましょう。
- 吸湿性のある素材や通気性のよい服装等を心がけ、体に熱を溜めこまない工夫をしましょう。
- 指導者等は、のどの渇きを感じる前にこまめに水分、塩分補給を促すことが重要です。積極的に、計画的に休憩を取らせるようにして、体調の変化を見逃さないようにしましょう。

12 熱中症警戒アラートの有効活用

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の前日夕方又は当日早朝に環境省及び気象庁から都道府県ごとに発表されます。熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。熱中症警戒アラートが発表されている日には、以下の行動を積極的にとりましょう。

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。暑さ指数（WBGT）を確認しましょう。
- 外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう。
- 昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整しましょう。
- 熱中症のリスクが高い方（子ども、高齢者、障がい者等）に声かけをしましょう。
- 暑さ指数（WBGT）に応じて、屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則中止又は延期をしましょう。
- こまめに水分、塩分を補給する。涼しい服装にするなど普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう。