

「暑さ」から身を守る！ 増加する熱中症と対策に向けた取り組み

地球温暖化にともなう気候変動の影響などにより、夏を中心に全国的に気温が上昇する日が増加しています。気温上昇は危険な暑さを引き起こすこともあるため、熱中症のリスクも高まり、救急搬送者や手当てを受けるかたも増えていきます。

暑さや熱中症から身を守るため、各施設や事業所が熱中症への対応を実施しています。今回はこうした取り組みを紹介しながら、適切な対策のあり方を考えます。

WBGT（暑さ指数）とは？

人間の熱バランスに影響の大きい「気温」「湿度」「ふくしゃねつ輻射熱※」の3つを取り入れた温度の指標のことです。（環境省熱中症予防情報サイトより）

指標が28を超えると熱中症リスクが著しく増加するといわれています。

各地域のWBGTは環境省熱中症予防情報サイトで確認することができます。

ふくしゃねつ※輻射熱：日差しを浴びたときに受ける熱や地面、建物、人間から出る熱のこと

特集 「暑さ」から身を守る！ ～増加する熱中症と対策に向けた取り組み～

熱中症の状況について

近年、全国的に熱中症による救急搬送や医療機関において手当てを受けるかたが増加傾向にあります。消防庁によると、令和6年（5月～9月）の全国での熱中症による救急搬送状況は9万7578人と、前年度同期間の9万1467人と比べて6111人増加しており、調査を開始した平成20年以降で最も多い搬送人員となりました。山形県での同時期の状況は673人となり、令和5年、令和元年に

次ぐ3番目の多さを記録しました。また同時期に全国で熱中症が原因でなくなったかたは120人となり、依然として高い水準となっています。こうした熱中症をとりまく状況をふまえ、本年6月1日より「改正労働安全衛生規則」が施行され、職場による熱中症対策が義務化されました。これは、熱中症の重篤化を防止するため「体制整備」「手順作成」「関係者への周知」が「WBGT値（暑さ指数、①湿度、②周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標）28℃以上又は気温31℃以



▲WBGT値（暑さ指数）の目安を示した看板

上の環境下で連続1時間以上又は1日4時間を超えての実施」が見込まれる作業を行う事業者を対象として義務付けるものです。

このように、熱中症は私たちの健康をおびやかす身近な問題として、さらなる対策に向けた取り組みが求められています。

熱中症を防ぐ取り組み

増加する熱中症による被害を防ぐために、町内の施設や事業所において対策に向けた取り組みが行われています。

一般的に体温の調節能力が十分に発達していない子どもについては、細かな対策に気を配る必要があるとされています。そうした子どもたちへの取り組みについて、小国小学校養護教諭の伊藤真紀先生にお話をうかがいました。「子どもたちに対しては、まず熱中症はほぼ100%予防でき

る病気であることを伝える予防教育を行っています。この内容をあらかじめ伝えたいので、具体的な取り組みを行うことを心がけています。最近ではWBGT値を活用した暑さに応じた授業内容の判断を行っています。高温時には1時間ごとグラウンドの値を全校生に共有し、値が31℃以上の場合は、原則屋外での体育などの授業は行わないなどといった対策をとっています。加えて、全校放送で熱中症に関する情報を提供し、熱中症に対する理解を深める取り組みを進めています。」



▲WBGT値の確認を行う伊藤真紀先生

特集 「暑さ」から身を守る！ ～増加する熱中症と対策に向けた取り組み～

また、叶水小中学校養護助教諭である宮本聡子先生にかがったところ、「子どもたちへは目に見える形で伝えることに重点を置いています。掲示物として毎日のWBGT値などを子どもたちの目につきやすい場所に設置し、熱中症への理解向上を図っています。また、教職員の熱中症への知識の再確認も行っています。熱中症に関する動画を教職員全員で視聴する時間を取り、教える側の知識共有を徹底しています。」とお話しい



▲叶水小中学校では掲示物で「見える化」に取り組む

厚生労働省による熱中症の調査においては、熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者であると言われています。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や身体の調整機能が低下していることもあり注意が必要であるともいわれています。そこで、高齢者への熱中症対策の取り組みを行っている社会福祉法人小国福祉会さいわい荘の渡部豊施設長にお話をうかがいました。「熱中症対策には、水分補給が重要であると認識していますが、高齢のかたは喉の渇きなどに気付くのが遅れてしま



▲小国福祉会さいわい荘の渡部施設長

い、適切な水分補給が難しい場合もあります。そのため、夏の期間は施設内で提供している食事の中で水分が多く含まれている夏野菜を使ったメニューやデザートにゼリーなどを提供して、水分補給を行っていただくような献立づくりをしています。また、利用者のかたに加え、私たち職員も湿度が高く熱気がこもりやすい入浴介助などの業務などを行うため、勤務中はスポーツドリンク等でこまめな水分補給や、通気性のよいポロシャツを着用するなど熱中症対策に努めています。」



▲夏野菜カレーとゼリーで夏バテ防止！

気温が上昇し、直射日光が照りつける屋外での業務は熱中症のリスクが高くなる傾向があります。こうした屋外での業務に従事されている事業者の熱中症対策について、現在建設中の「(仮称)小国町次期総合センター」の建設施工業者である山和・高橋・那須特定建設工事共同事業体の現場代理人である荒井幸久さんにお話をうかがいました。「本年6月の事業者の熱中症対策の義務化に合わせ、熱中症の疑いがある場合の対応を記したフローチャートと熱中



▲現場事務所に設置されている製氷機

特集 「暑さ」から身を守る！ ～増加する熱中症と対策に向けた取り組み～

症による連絡表を作成しました。これにより、熱中症が発生したときでも、スムーズかつ被害を最小限にとどめる仕組みづくりができたと感じています。また、1日の作業中は必ず3回の休憩時間を設け、涼しい環境での休憩や、現場事務所には製氷機や塩分補給のタブレット、血圧計などの常備、毎日の全体朝礼での呼びかけを行っています。作業中は服の中で風を発生させる空調服を着用している職員も多く見られ、熱中症対策が行き届いているように思います。」

一方、屋内の作業においても、業務の際に用いる機械などから発生する熱などにより、周辺の熱環境が高くなり、熱中症を引き起こす要因となることもあります。小国縫製株式会社の大津勝哉社長は「当社は縫製業を営んでおり、作業工程の中にはミシンを使う業務があることから、

そのミシンからは作業中に熱が発生します。発せられた熱により作業場の温度が上がってしまつたため、作業中はエアコンを低めの24℃程度に設定し、作業場全体の温度を下げる取り組みを行っています。また衣類などの製品は、汗がついてしまつとシミになつてしまい、商品として販売することができなくなつてしまつたため、近年の様々な取り組みに先駆けて、暑さや熱中症対策を行っています。」とお話をいただきました。



▲小国縫製株式会社の大津勝哉社長

町での取り組み

熱中症対策には、自身が身体の変化に気づき、いち早く水分補給や涼しい環境への避難を行うことが重要です。環境省では、都道府県内において、熱中症の可能性がきわめて高くなっている場合に「熱中症特別警戒アラート」を発表しています。町においても、アラートの発表期間中は、誰もが気軽に一時的に暑さをしのげる場所として、「クーリングシェルター」を令和6年度より公共施設等の開放を行うっております。現在、役場2階ロビー・健康管理センター・ショッピングセンターアスモを指定しています。また、本年7月から、おぐに開発総合センター及びおぐに白い森（株）と協定を締結し、当社が指定管理を実施しているスポーツ交流センターアスネット・白い森交流センターりふれ・国民宿舎飯豊梅花皮荘の4施設について、クーリングシェルターとして指定する予定となっております。役場2階ロビーでは、子どもの遊び場スペースを拡大することとしておりますので、気温が高い日などにはご活用ください。

本町では、熱中症による被害を防いでいくために、クーリングシェルターの指定及び利用拡大をはじめ、熱中症警戒アラート発表時の防災ラジオによる迅速な周知・広報等により適切な避難施設の提供と情報提供を継続して行っています。

◎町内のクーリングシェルター一覧◎

- ①小国町役場 2階ロビー
- ②健康管理センター 2階ロビー等
- ③ショッピングセンターアスモ ほっとコーナー
- ④おぐに開発総合センター
- ⑤スポーツ交流センターアスネット
- ⑥白い森交流センターりふれ
- ⑦国民宿舎飯豊梅花皮荘