

# 村上市熱中症対策実行プラン

令和6年5月策定

新潟県村上市

## 目 次

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| はじめに                                | 2  |
| 1. 村上市における熱中症の現状                    | 3  |
| 1－1. 救急搬送人員から見る村上市の傾向               | 3  |
| 1－2. 令和5年の村上市の主な取組                  | 5  |
| 2. 目標                               | 5  |
| 3. 推進体制及び熱中症対策の評価と見直し               | 6  |
| 3－1. 推進体制                           | 6  |
| 3－2. 熱中症対策の評価と見直し                   | 6  |
| 4. 熱中症対策の具体的な施策                     | 7  |
| 4－1. 命と健康を守るための普及啓発及び情報提供           | 7  |
| 4－2. 熱中症弱者のための熱中症対策                 | 7  |
| 4－3. 管理者がいる場等における熱中症対策              | 7  |
| 4－4. 行政及び地域の関係主体における熱中症対策           | 8  |
| 4－5. 熱中症特別警戒アラートの発表及び周知と迅速な対策の実施    | 9  |
| 5. 熱中症対策の重点プロジェクト                   | 11 |
| 重点プロジェクト① 熱中症の予防行動及び対処法の徹底した周知      | 11 |
| 重点プロジェクト② 熱中症警戒アラートの発信による適切な予防行動の促進 | 13 |
| 重点プロジェクト③ 高齢者を中心とした熱中症弱者への積極的な支援    | 16 |
| 重点プロジェクト④ クーリングシェルター・涼みどころの面的な展開    | 17 |

## はじめに

近年、地球温暖化は急速に進んでおり、令和5年7月は世界の平均気温が史上最も暑い月を記録するなど、気候変動による猛暑が世界中で頻発している状況にあります。わが国でも、夏季において猛暑日や熱帯夜となる日数が年々増加しており、国内での高温等による熱中症患者の救急搬送人員は毎年数万人を超え、死亡者数は5年移動平均で1千人を超える高い水準で推移しています。熱中症は、国民の生命や生活に直結する深刻な問題となっています。

こうした中、政府は令和5年5月に、今後起こり得る極端な高温も見据え、熱中症対策を一層推進することを目的に、気候変動適応法（平成30年法律第50号）（以下「法」という。）を改正し、熱中症対策実行計画を策定しました。

村上市熱中症対策実行プラン（以下「実行プラン」という。）は、政府の熱中症対策実行計画に基づき、熱中症対策のための庁内体制を整備し、熱中症対策の具体的な施策を定めたもので、この実行プランにより、本市の自然的社会的条件に応じた熱中症対策を推進するとともに、市民・事業者・行政が一体となって熱中症予防行動を推進することで、熱中症から市民の生命・健康を守り、安全・安心なまちづくりを進めます。

## 熱中症とは

熱中症とは、体温を平熱に保つために汗をかいた際、体内の水分や塩分（ナトリウム等）の減少や血液の流れが滞る等で、体温が上昇して重要な臓器が高温にさらされることにより発症する障害の総称で、死に至る可能性のある重篤な病気です。

熱中症は、適切な予防や対処が実施されれば、死亡や重症化を防ぐことができます。

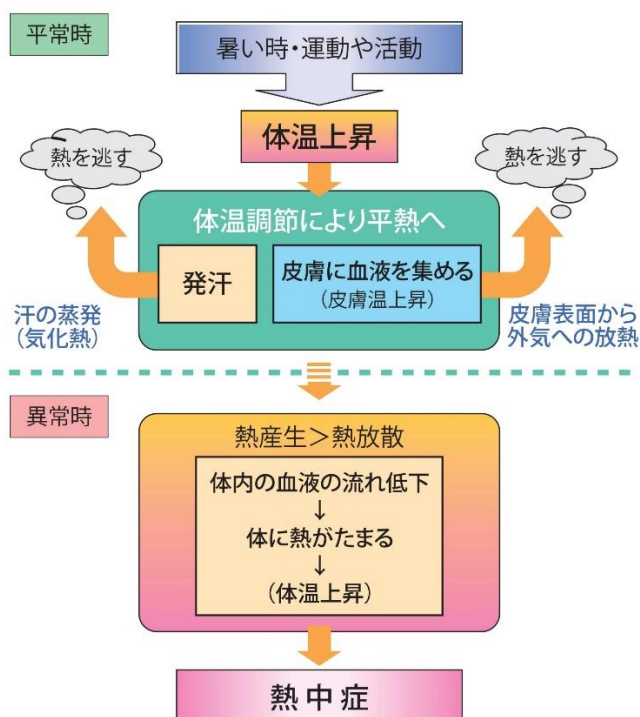


図1 熱中症の起こり方

出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル 2022

# 1. 村上市における熱中症の現状

## 1-1. 救急搬送人員から見る村上市の傾向

本市の熱中症による救急搬送人員は、令和元年を除いて 42～69 人で推移しており、年間救急搬送人員の 1.5%～2.4%を占めています。（表 1）

表 1 村上市管内の熱中症救急搬送人員の推移

|             | 令和元年   | 令和 2 年 | 令和 3 年 | 令和 4 年 | 令和 5 年 |
|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 年間救急搬送人員    | 2, 855 | 2, 498 | 2, 671 | 2, 792 | 2, 881 |
| うち熱中症疑い搬送件数 | 91     | 54     | 56     | 42     | 69     |
| 割 合         | 3. 2%  | 2. 2%  | 2. 1%  | 1. 5%  | 2. 4%  |

令和 5 年の熱中症による救急搬送人員を年齢区分別（表 2）で比較すると、本市では約 70%が 65 歳以上の高齢者であります。一方、新潟県では 65 歳以上の高齢者は約 56%、全国では 65 歳以上の高齢者は約 55%であり、高齢化が進んでいる本市では、高齢者の割合が 13 ポイント以上高くなっています。

表 2 令和 5 年 救急搬送人員（年齢区分別）

| 令和 5 年  | 年齢区分別（人） |       |        |         |         |         |
|---------|----------|-------|--------|---------|---------|---------|
|         | 新生児      | 乳幼児   | 少年     | 成人      | 高齢者     | 合計      |
| 全国      | 5        | 796   | 9, 583 | 30, 910 | 50, 173 | 91, 467 |
|         | 0. 0%    | 0. 9% | 10. 5% | 33. 8%  | 54. 9%  | 100. 0% |
| 新潟県     | 0        | 16    | 183    | 737     | 1, 205  | 2, 141  |
|         | 0. 0%    | 0. 7% | 8. 5%  | 34. 4%  | 56. 3%  | 100. 0% |
| 村上市(管内) | 0        | 1     | 1      | 19      | 48      | 69      |
|         | 0. 0%    | 1. 4% | 1. 4%  | 27. 5%  | 69. 6%  | 100. 0% |

令和 5 年の熱中症による救急搬送人員を初診時における傷病程度別（表 3）で比較すると、本市では死亡者の発生がなく、中等症、軽症の割合が高いという傾向があります。

表 3 令和 5 年 救急搬送人員（傷病程度別）

| 令和 5 年  | 初診時における傷病程度別（人） |        |         |         |       |         |
|---------|-----------------|--------|---------|---------|-------|---------|
|         | 死亡              | 重症     | 中等症     | 軽症      | その他   | 合計      |
| 全国      | 107             | 1, 889 | 27, 545 | 61, 456 | 470   | 91, 467 |
|         | 0. 1%           | 2. 1%  | 30. 1%  | 67. 2%  | 0. 5% | 100. 0% |
| 新潟県     | 7               | 89     | 764     | 1, 277  | 4     | 2, 141  |
|         | 0. 3%           | 4. 2%  | 35. 7%  | 59. 6%  | 0. 2% | 100. 0% |
| 村上市(管内) | 0               | 2      | 25      | 42      | 0     | 69      |
|         | 0. 0%           | 2. 9%  | 36. 2%  | 60. 9%  | 0. 0% | 100. 0% |

令和５年の熱中症による救急搬送人員を発生場所別（表４）で比較すると、本市では住居が約 57%、道路が約 4%、管理者がいると想定される場所が約 22%であります。一方、新潟県では住居が約 40%、道路が約 15%、管理者がいると想定される場所が約 36%、全国では、住居が約 40%、道路が約 17%、管理者がいると想定される場所が約 38%であり、新潟県と全国では同様の傾向が見られますが、本市では住居での発生が 16 ポイント以上高くなっています。

表４ 令和５年 救急搬送人員（発生場所別）

| 令和５年        | 発生場所別（人） |          |          |          |            |            |        |       |        |
|-------------|----------|----------|----------|----------|------------|------------|--------|-------|--------|
|             | 住居       | 仕事場<br>① | 仕事場<br>② | 教育<br>機関 | 公衆<br>（屋内） | 公衆<br>（屋外） | 道路     | その他   | 合計     |
| 全国          | 36,541   | 9,324    | 2,013    | 4,310    | 7,497      | 11,742     | 15,186 | 4,854 | 91,467 |
|             | 39.9%    | 10.2%    | 2.2%     | 4.7%     | 8.2%       | 12.8%      | 16.6%  | 5.3%  | 100.0% |
| 新潟県         | 857      | 274      | 78       | 91       | 82         | 250        | 310    | 199   | 2,141  |
|             | 40.0%    | 12.8%    | 3.6%     | 4.3%     | 3.8%       | 11.7%      | 14.5%  | 9.3%  | 100.0% |
| 村上市<br>（管内） | 39       | 6        | 1        | 0        | 4          | 4          | 3      | 12    | 69     |
|             | 56.5%    | 8.7%     | 1.4%     | 0.0%     | 5.8%       | 5.8%       | 4.3%   | 17.4% | 100.0% |

| 項 目    | 該当箇所                  | 管理者がいると<br>想定される場所 |
|--------|-----------------------|--------------------|
| 住居     | 敷地内全ての場所を含む           |                    |
| 仕事場①   | 工事現場、工場、作業所等          | ○                  |
| 仕事場②   | 農・畜・水産作業（田畑、森林、海、川等）  | ○                  |
| 教育機関   | 幼稚園、保育園、小中学校、高等学校、大学等 | ○                  |
| 公衆（屋内） | 劇場、飲食店、百貨店、駅等         | ○                  |
| 公衆（屋外） | 競技場、屋外駐車場、野外コンサート会場等  | ○                  |
| 道路     | 一般道路、歩道、高速道路等         |                    |
| その他    | 上記に該当しない項目            |                    |

上記の救急搬送人員の比較から、本市の傾向として 65 歳以上の高齢者の自宅における熱中症対策が重要であることが分かります。また、令和元年以降、救急搬送人員（初診時）においては、熱中症による死亡者が発生していません。今後も予防行動を促すことに努め、熱中症による死亡者を出さないよう取り組む必要があります。

## 1－2. 令和5年の村上市の主な取組

- 熱中症警戒アラートの発信  
(新潟地方気象台 熱中症警戒アラート 42 日 (令和 5 年 7 月～9 月)、防災行政無線、防災メールマガジン、SNS 40 回)
- 熱中症予防シェルター (休憩場所) の設置  
(村上市生涯学習推進センター、荒川地区公民館、神林農村環境改善センター、村上市総合文化会館、さんぽく会館の 5 カ所)
- 民生委員児童委員による高齢者・障がい者の見守り・声掛け
- 生活保護者へ保護決定から初めて迎える夏季時にエアコン設置推進
- 高齢者・障がい者向け住宅整備補助事業 (エアコン設置の補助)
- ホームページや SNS による熱中症予防の普及啓発
- 市内医療機関及び介護サービス事業者との連携

## 2. 目標

熱中症対策の具体的な施策を実行し、取組を通じて熱中症についての市民の理解を深め、適切な予防行動の定着を図ることにより、以下の目標の達成を目指します。

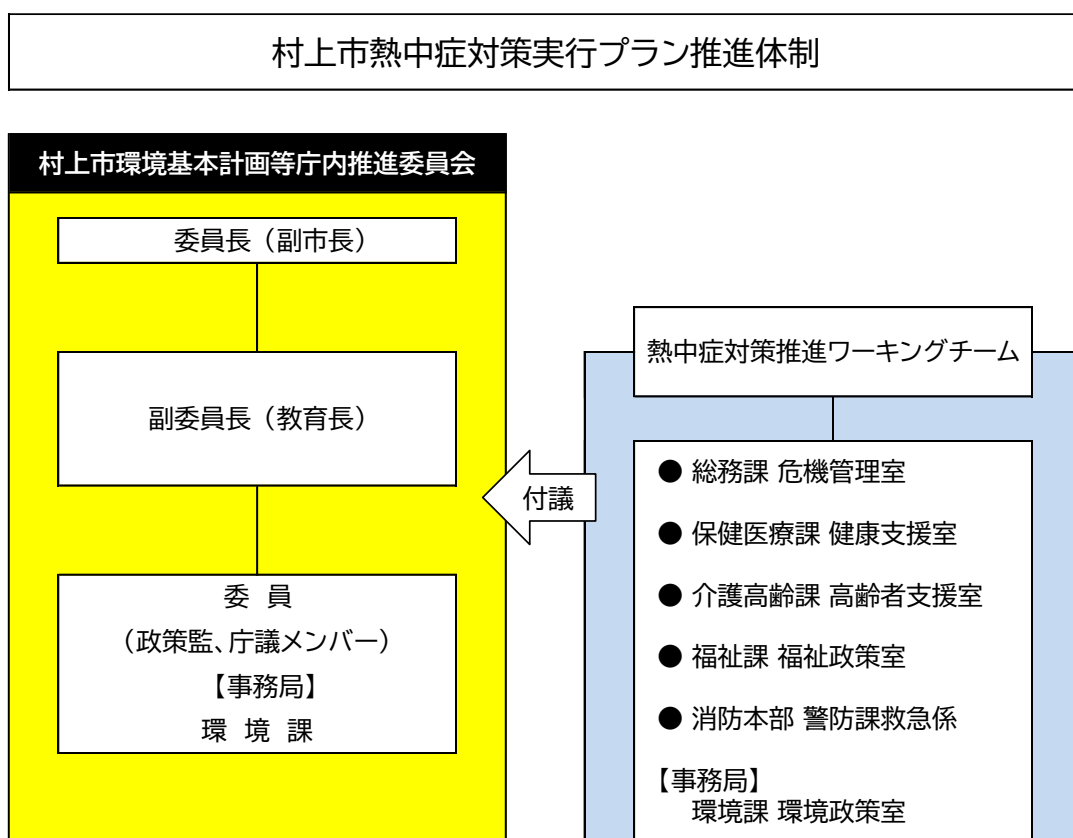
令和5年の熱中症救急搬送人員(69人(5月1日～9月30日))を基準として、熱中症救急搬送人員を半分以上にする。

熱中症死亡者数をゼロとする

### 3. 推進体制及び熱中症対策の評価と見直し

#### 3-1. 推進体制

熱中症対策は、市民の命や健康に直結する重要な課題であり、関係する分野は、医療、福祉、教育、スポーツ、農林水産業、労働現場など多岐にわたることから、本市では、庁内における連携を強化し、熱中症対策を体系的・効果的に進めるため、令和6年1月に村上市熱中症対策推進ワーキングチーム（以下「ワーキングチーム」という。）を立ち上げ、取組を進めてきました。ワーキングチームで作成した実行プランを地球温暖化対策に係る施策の推進に関することを協議する機関である「村上市環境基本計画等庁内推進委員会」に諮り、関係各課が連携しながら、以下のような全庁的な体制の下、取組を推進します。



#### 3-2. 熱中症対策の評価と見直し

実行プランに基づき、熱中症対策の取組を進めるとともに、取組結果の共有・確認を行い、次年度の取組について、ワーキングチーム及び村上市環境基本計画等庁内推進委員会で検討を行います。

なお、気候変動や社会の状況の変化等に応じ、実行プランは適宜見直しを行うものとします。

## 4. 熱中症対策の具体的な施策

熱中症対策の推進や強化に当たっては、「1. 村上市における熱中症の現状」を踏まえ、熱中症予防行動等に関する効果的な普及啓発や積極的な情報提供を行い、熱中症警戒アラートを活用し、「自助」や周囲の人々や地域の関係者等の「共助」により、あらゆる主体が熱中症予防行動をとるように促します。また、高齢者や子ども等の熱中症弱者（以下「熱中症弱者」という。）のための対策を進め、学校等の管理者がいる場における対策、行政や地域における対策を講じます。

さらに、気温が特に著しく高くなることにより重大な健康被害が生じるおそれがある場合には、法に基づき発表される熱中症特別警戒アラートの周知や、指定暑熱避難施設の開放等、機動的かつ速やかに対策を行います。

### 4－1. 命と健康を守るための普及啓発及び情報提供

#### （1）効果的な普及啓発の実施

- 熱中症予防強化期間を5月から9月に設定し、期間中に時季に応じた適切な情報を発信することで、熱中症予防行動の呼びかけを行います。
- 国県が実施するZEH・ZEB化補助や省エネルギーリフォーム補助など省エネルギーに資する補助制度に関する情報を提供し、健康・快適で省エネルギーな住宅や暮らし方の普及を図ります。
- 熱中症予防情報サイトや情報提供アプリを紹介し、様々なルート、ツールを通じて熱中症に関する情報を広く市民に届け、熱中症予防行動を促します。

#### （2）熱中症警戒アラートの発表及び周知と熱中症予防行動の徹底

- 防災行政無線や防災アプリ、防災メール、SNSを活用し、熱中症警戒アラートの情報を広く市民に周知し、熱中症予防行動を促します。

### 4－2. 熱中症弱者のための熱中症対策

- 熱中症予防を呼びかけるリーフレットを配布し、熱中症弱者に対する周知を強化します。
- 福祉等関係団体や孤独・孤立対策に取り組む関係団体に対して、熱中症弱者の見守りや熱中症予防行動の呼びかけ活動を依頼します。
- 村上市高齢者等エアコン設置費補助事業により、高齢者や障がい者がいる世帯へのエアコン設置を支援します。
- 生活保護開始時にエアコンを設置していない生活保護者に対し、エアコン設置を支援します。

### 4－3. 管理者がいる場等における熱中症対策

#### （1）学校現場における熱中症対策

- 環境省・文部科学省の「学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き」を活用し、学校のエducational現場における熱中症対策の強化を図ります。
- 保育園、幼稚園等での対策（特に送迎バスにおける子どもの所在確認等の置き去り防止の取組強化）により、子どもの熱中症による事故の予防を徹底します。

#### （2）職場における熱中症対策



- 市内事業者に対し、職場における熱中症対策に関する情報を発信し、熱中症予防等の強化を促します。
- 熱中症予防に効果のある衣類や機器等を活用した、個人の健康管理による熱中症予防方法に関する情報を市内事業者及び市民に広く周知します。
- (3) スポーツ時における熱中症対策
  - スポーツ活動中の熱中症事故防止に関して、市民やスポーツ関係団体等に向けた周知や研修、SNS等を通じた注意喚起を実施します。
- (4) イベント時の熱中症対策
  - 環境省の「夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン」を活用し、夏季に人が多く集まるイベントの開催時期や時間等を検討するなど、イベント時の熱中症対策の強化徹底を図ります。
  - イベント時の熱中症対策として、会場内にテント等で日陰をつくるほか、散水や微細ミストの噴霧による冷却を行います。
- (5) 災害時の避難所での被災者及び支援者における熱中症対策
  - 避難所に温度計や湿度計、大型扇風機、空調装置、遮光カーテン等の設置を検討し、避難所の室内温度を適切に保つための環境整備を行います。
  - 避難所でこまめに水分補給ができるよう、飲料水の備蓄・配布を行います。
  - 避難所で過ごす人に対し、服装を工夫するなど個人でできる熱中症予防を促します。
- (6) 農業現場における熱中症対策
  - 農林水産省が運営する「MAFF アプリ」を紹介し、熱中症警戒アラートや熱中症リスクに応じた注意喚起情報等を、農業者等にきめ細かく提供します。
  - 多くの割合を占める高齢農業者に対し、農作業中の熱中症対策について注意喚起を行います。

#### 4－4．行政及び地域の関係主体における熱中症対策

- (1) 行政及び地域の関係者における連携した熱中症対策の推進
  - 庁内における熱中症対策を担う全ての部局間で連携、協力して総合的、横断的に対策を実施できるよう庁内体制の整備を行います。
  - 公共施設をクーリングシェルター（指定暑熱避難施設）に指定するほか、民間事業所に「涼みどころ」の協力を呼びかけ、暑さを避けるため市民の利用に供する施設を広く確保し、市民に周知します。
  - 新潟県地球温暖化防止活動推進員と連携し、グリーンカーテンの普及啓発を推進します。
- (2) 暑さ指数及び熱中症警戒アラートの効果的な活用の推進
  - 暑さ指数及び熱中症警戒アラートについて、庁内各課で十分に活用が図られるよう情報共有し、適切な熱中症対策が実施されるよう働きかけを行います。
- (3) 救急業務における熱中症対策
  - 熱中症救急搬送者に対し迅速かつ適切な対応が行われるよう、研修等を実施し救急隊員のスキルアップを図ります。

#### 4－5. 熱中症特別警戒アラートの発表及び周知と迅速な対策の実施

- 熱中症特別警戒アラートの発表について、防災行政無線や防災アプリ、防災メール、SNSにより、熱中症特別警戒アラートを広く市民に周知し、一層の予防行動が必要なことを強く呼びかけます。
- 熱中症特別警戒アラートが発表された際には、法に基づき指定暑熱避難施設を開放し、適切に運用します。

表5 具体的施策一覧

| 種別                        | 項目                              | 説明                                         | 担当課                  |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------|----------------------|
| 4－1. 命と健康を守るための普及啓発及び情報提供 | (1) 効果的な普及啓発の実施                 | 時季に応じた市民への普及啓発<br>(広報誌、HP、SNS)             | 保健医療課<br>消防本部        |
|                           |                                 | 国の省エネ支援に関する情報提供<br>(業者へDM、HP、SNS)          | 環境課                  |
|                           |                                 | 国情報サイト、アプリの紹介<br>(広報誌、HP、SNS)              | 保健医療課                |
|                           | (2) 熱中症警戒アラートの発表及び周知と熱中症予防行動の徹底 | 熱中症警戒アラートの発表周知<br>(防災行政無線、防災アプリ、防災メール、SNS) | 総務課                  |
| 4－2. 熱中症弱者のための熱中症対策       |                                 | 熱中症弱者(高齢者、障がい者等)への普及啓発(リーフレット)             | 介護高齢課<br>福祉課         |
|                           |                                 | 関係団体へ熱中症弱者への見守り、呼びかけ活動の依頼                  | 介護高齢課<br>福祉課         |
|                           |                                 | エアコン購入に関する支援                               | 介護高齢課<br>福祉課         |
| 4－3. 管理者がいる場等における熱中症対策    | (1) 学校現場における熱中症対策               | 「学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き」活用による対策強化         | 学校教育課                |
|                           |                                 | 保育園、幼稚園における対策(置き去り事故等の予防徹底)                | こども課                 |
|                           | (2) 職場における熱中症対策                 | 市内事業者への普及啓発                                | 地域経済振興課<br>保健医療課     |
|                           |                                 | 熱中症予防に効果のある衣類や機器等の周知                       | 地域経済振興課<br>保健医療課     |
|                           | (3) スポーツ時における熱中症対策              | スポーツ活動中の熱中症事故防止の徹底                         | 生涯学習課<br>学校教育課ほか     |
|                           | (4) イベント時の熱中症対策                 | 「夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン」活用による強化徹底          | 観光課<br>市民課<br>消防本部ほか |

|                                 |                                |                                          |              |
|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------|--------------|
|                                 | (5) 災害時の避難所での被災者及び支援者における熱中症対策 | 室内温度を適切に保つための環境整備                        | 総務課          |
|                                 |                                | こまめな水分補給が可能な体制整備                         | 総務課          |
|                                 |                                | 服装の工夫など個人でできる熱中症予防の促進                    | 総務課          |
|                                 | (6) 農業現場における熱中症対策              | 農作業中の注意喚起（特に高齢農業者）                       | 農林水産課        |
| 4－4．行政及び地域の関係主体における熱中症対策        | (1) 行政及び地域の関係者における連携した熱中症対策の推進 | 総合的、横断的な庁内推進体制の整備                        | 環境課          |
|                                 |                                | 指定暑熱避難施設の指定、涼みどころの協力呼びかけ                 | 環境課<br>介護高齢課 |
|                                 | (2) 暑さ指数及び熱中症警戒アラートの効果的な活用の推進  | 暑さ指数及び熱中症警戒アラートの庁内間共有・働きかけ               | 環境課          |
|                                 | (3) 救急業務における熱中症対策              | 熱中症救急搬送者に対する迅速かつ適切な対応                    | 消防本部         |
| 4－5．熱中症特別警戒アラートの発表及び周知と迅速な対策の実施 |                                | 熱中症特別警戒アラートの発表周知（防災行政無線、防災アプリ、防災メール、SNS） | 総務課          |
|                                 |                                | 法に基づく指定暑熱避難施設の開放                         | 関係各課         |

## 5. 熱中症対策の重点プロジェクト

実行プランの目標達成に向けて、特に進めるべきものを「重点プロジェクト」と位置付け、次の内容について取り組みます。

### 重点プロジェクト① 熱中症の予防行動及び対処法の徹底した周知

熱中症による救急搬送人員を一人でも多く減らすためには、熱中症の予防行動と発症した場合の対処法を市民に広く周知することが重要になります。

そのために、「熱中症予防強化期間」を5月から9月に設定し、熱中症の救急搬送人員が増加する時期よりも前に、暑熱順化（体が暑さに慣れること）等を含めた熱中症予防対策に関する情報を村上市ホームページや広報誌、SNS等で発信するとともに、熱中症を発症した場合の対処法についての普及啓発を行います。

#### 【時季に応じた情報発信】

| 発信時季  | 主な内容                        |
|-------|-----------------------------|
| 5月～6月 | 暑熱順化やエアコンの早期点検等の呼びかけ        |
| 7月    | 梅雨明けに特に熱中症のリスクが高いことを市民へ注意喚起 |
| 8月    | 全般的な熱中症対策を呼びかけ              |
| 9月    | 残暑や災害時における熱中症の注意喚起          |

#### 熱中症予防（熱中症を防ぐためには）

熱中症は、正しい知識を身につけることで、その発生や重症化を未然に防ぐことができる病気です。一人ひとりが自分で気をつけるだけでなく、地域・社会が一体となって対策に取り組むことが重要です。

| 場面      | 予防行動                                                                                                                                        |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日常生活    | ① 暑さを避ける（行動の工夫、住まいの工夫、衣服の工夫）<br>② こまめに水分を補給する<br>③ 急に暑くなる日に注意する<br>④ 暑さに備えた体をつくる<br>⑤ 体力や体調を考慮する<br>⑥ 集団活動の場ではお互いに配慮する<br>⑦ 暑さ指数の測定値などを把握する |
| 高齢者と子ども | 【高齢者】<br>① 喉が渇かなくても水分を補給する<br>② 部屋の温度をこまめに測る<br>③ 1日1回汗をかく運動をする                                                                             |

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            | <b>【子ども】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>① 顔色や汗のかき方を十分に観察する</li> <li>② 適切な飲水行動を学習させる</li> <li>③ 日頃から暑さに慣れさせる</li> <li>④ 服装を選ぶ</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 運動・スポーツ活動時 | <ul style="list-style-type: none"> <li>① 環境条件を把握する</li> <li>② 状況に応じて休憩、水分補給を行う</li> <li>③ 暑さに徐々に慣れる</li> <li>④ 個人の条件や体調を考慮する</li> <li>⑤ 服装に気をつける</li> <li>⑥ 具合が悪くなった場合には早めに処置をとる</li> <li>⑦ 無理な運動はしない</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                |
| 夏季イベント     | <ul style="list-style-type: none"> <li>① 医療体制等、運営上の工夫をする（傷病者発生時マニュアル、救護所設置など）</li> <li>② 危機管理体制の工夫をする（緊急対応フロー、連絡系統図など）</li> <li>③ 暑熱環境の把握とその緩和（待機列を作らない、混雑緩和など）</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 労働環境（事業者）  | <ul style="list-style-type: none"> <li>① 暑さ指数を把握する</li> <li>② 余裕を持った作業計画を策定する</li> <li>③ 通気性の良い服装等を着用する</li> <li>④ 教育研修を実施する</li> <li>⑤ 労働衛生管理体制を確立する</li> <li>⑥ 緊急時の措置を確認する</li> <li>⑦ 暑さ指数を下げるための設備を設置する</li> <li>⑧ 休憩場所を整備する</li> <li>⑨ 作業時間を短縮する</li> <li>⑩ 徐々に熱への順化をさせる</li> <li>⑪ 水分・塩分を摂取する</li> <li>⑫ プレクーリングを実施する（休憩時間に体温を下げる）</li> <li>⑬ 健康診断結果に基づく措置をする</li> <li>⑭ 日常の健康管理等を確認する</li> <li>⑮ 労働者の健康状態を確認する</li> </ul> |
| 自然災害       | <b>【場所・場面別の対策】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>① 避難所（スポットクーラーの設置、熱中症弱者への配慮など）</li> <li>② 在宅避難（飲料等の支援物資の配布、熱中症の注意喚起など）</li> <li>③ 車中避難（日陰を選ぶ、風通しの確保、断熱シート取り付けなど）</li> <li>④ 救援・復旧作業（体調確認、複数人作業、水分・塩分補給など）</li> </ul>                                                                                                                                                                                                  |

出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル 2022 より作成

## 熱中症対処法（熱中症になったときには）

熱中症の重症度はⅠ度（軽症）からⅢ度（重症）に分類されており、重症化の予防と早期発見、応急処置の開始に役立ち、介護・スポーツ・教育・労働の各関係者にも理解しやすくなっています。

| 重症度        | 症状                                                                                                                                   | 対処                                                                                              |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 重症度Ⅰ度（軽症）  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・意識ははっきりしている</li> <li>・手足がしびれる</li> <li>・めまい、立ちくらみ</li> <li>・筋肉のこむら返り</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・涼しい環境への避難</li> <li>・脱衣と冷却</li> <li>・水分、塩分の補給</li> </ul> |
| 重症度Ⅱ度（中等症） | <ul style="list-style-type: none"> <li>・吐き気がする、吐く</li> <li>・頭痛がする</li> <li>・体がだるい</li> <li>・意識が何となくおかしい</li> </ul>                   | すみやかに医療機関を受診                                                                                    |
| 重症度Ⅲ度（重症）  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・意識がない</li> <li>・呼びかけに対し返事がおかしい</li> <li>・体がひきつる</li> <li>・まっすぐ歩けない</li> <li>・体が熱い</li> </ul> | 救急車を呼び、到着までの間、積極的に冷却する                                                                          |

出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル 2022 より作成

## 重点プロジェクト② 熱中症警戒アラートの発信による適切な予防行動の促進

令和5年5月の法改正により、現行の熱中症警戒アラートを「熱中症警戒情報」として法に位置づけるとともに、より深刻な健康被害が発生し得る場合に備え、一段上の「熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）」が創設されました。環境省・気象庁が発表する警戒情報を注視し、いち早く市民に対して情報発信を行い、予防行動につながるよう努めます。

## 熱中症警戒アラート（熱中症警戒情報）

### 【発表基準】

新潟県予報区等内において、いずれかの暑さ指数情報提供地点における、翌日・当日の日最高暑さ指数（WBGT）が33（予測値）に達する場合

### 【発表のタイミング】

前日17時頃及び当日5時頃時点における予測値を基に発表する。

### 【発表後の市の対応】

- ・防災メール、防災アプリ、SNSにより、市民に対し、警戒情報を周知し、「水分補給」、「エアコンの使用」、「外出・屋外作業の自粛」などの予防行動を促す。
- ・防災行政無線により、警戒情報を市内全域に周知し、予防行動につなげる。
- ・クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）として指定している公共施設を一般に開放する。

## 熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）

### 【発表基準】

新潟県内において、全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が 35（予測値）に達する場合に発表する。

### 【発表のタイミング】

原則、前日 10 時頃時点における翌日の予測値で判断し、前日 14 時頃に発表する。

### 【発表後の市の対応】

- ・防災メール、防災アプリ、SNSにより、市民に対し、警戒情報を周知し、「水分補給」、「エアコンの使用」、「外出・屋外作業の自粛」などの予防行動を促す。
- ・防災行政無線により、警戒情報を市内全域に周知し、予防行動につなげる。
- ・クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）として指定している公共施設を一般に開放する。

## 熱中症警戒情報・熱中症特別警戒情報について

|      | 熱中症警戒情報                                                                                                                               | 熱中症特別警戒情報                                                                                                                                                        |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 一般名称 | 熱中症警戒アラート                                                                                                                             | 熱中症特別警戒アラート                                                                                                                                                      |
| 位置づけ | 気温が著しく高くなることにより熱中症による <u>人の健康に係る被害が生ずるおそれがある</u> 場合<br>(熱中症の危険性に対する気づきを促す)<br><br><これまでの発表回数><br>R3: 613回, R4: 889回, <b>R5:1,232回</b> | 気温が <u>特に</u> 著しく高くなることにより熱中症による <u>人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある</u> 場合<br>(全ての人が、自助による個人の予防行動の実践に加えて、共助や公助による予防行動の支援)<br><br><過去に例のない広域的な危険な暑さを想定>                    |
| 発表基準 | <b>府県予報区等内のいずれか</b> の暑さ指数情報提供地点における、日最高暑さ指数（WBGT）が <b>33</b> （予測値、小数点以下四捨五入）に達すると予測される場合                                              | <b>都道府県内</b> において、 <b>全ての</b> 暑さ指数情報提供地点における翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が <b>35</b> （予測値、小数点以下四捨五入）に達すると予測される場合<br><br>( <u>上記以外の自然的社会的状況に関する発表基準について、令和 6 年度以降も引き続き検討</u> ) |
| 発表時間 | 前日 <b>午後 5 時頃</b> 及び 当日 <b>午前 5 時頃</b>                                                                                                | <b>前日午後 2 時頃</b><br>(前日午前 10 時頃の予測値で判断)                                                                                                                          |
| 表示色  | <b>紫</b> （現行は赤）                                                                                                                       | <b>黒</b>                                                                                                                                                         |

補足）R6の運用期間：4月第4水曜日（24日）～10月第4水曜日（23日）（運用期間外の情報収集も実施予定）

出典：環境省 改正気候変動適応法の施工についての説明会資料



## 暑さ指数（WBGT）について

暑さ指数（WBGT）とは（WBGT：Wet Bulb Globe Temperature）

- ◆ 人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目し、  
**気温、湿度、日射・輻射、風** の要素をもとに算出する指標



暑さ指数（WBGT）測定装置

### 暑さ指数（WBGT）の算出

【算出式】 $WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$

- **乾球温度**：通常の温度計が示す温度。いわゆる気温のこと。
- **湿球温度**：湿度が低い程水分の蒸発により気化熱が大きくなることを利用した、空気の湿り具合を示す温度。湿球温度は湿度が高い時に乾球温度に近づき、湿度が低い時に低くなる。
- **黒球温度**：黒色に塗装した中空の銅球で計測した温度。日射や高温化した路面からの輻射熱の強さ等により、黒球温度は高くなる。

※気象庁データに基づいた、全国約840地点の暑さ指数の実況値や予測値が「環境省 熱中症予防情報サイト( <https://www.wbgt.env.go.jp/> )」で公開されています。

出典：環境省 改正気候変動適応法及び熱中症対策実行計画等説明会資料

| 暑さ指数<br>(WBGT)による<br>基準域        | 注意すべき生活<br>活動の目安※1      | 日常生活における<br>注意事項※1                             | 熱中症予防運動指針※2                                                                                                   |
|---------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>危険</b><br><br>31以上           | すべての生活<br>活動でおこる<br>危険性 | 高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。 | <b>運動は原則中止</b><br>特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。                                                            |
| <b>厳重警戒</b><br><br>28以上<br>31未満 |                         | 外出時は炎天下を避け室内では室温の上昇に注意する。                      | <b>厳重警戒</b> (激しい運動は中止)<br>熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。 |
| <b>警戒</b><br><br>25以上<br>28未満   | 中等度以上の生活活動でおこる危険性       | 運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。                  | <b>警戒</b> (積極的に休憩)<br>熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。                              |
| <b>注意</b><br><br>25未満           | 強い生活活動でおこる危険性           | 一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。             | <b>注意</b> (積極的に水分補給)<br>熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。                           |

※1 日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.3.1」(2021)

※2 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」(2019)

出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル 2022



## 重点プロジェクト③ 高齢者を中心とした熱中症弱者への積極的な支援

「1. 村上市における熱中症の現状」より、全国・新潟県と比較すると、本市の高齢者の救急搬送率が高くなっています。高齢になるとともに暑さや喉の渇きを感じにくくなり、汗をかきにくく、体温を下げる機能も弱まるため、自覚が無いまま熱中症にかかる危険性があるので、積極的に予防行動をとっていただく必要があります。

熱中症発症者の現状や高齢者特有の健康上の留意点、熱中症の初期症状や応急処置など、熱中症に関する知見を周知するとともに、こまめな水分補給や夜間も含めたエアコン利用の必要性や効果的な使い方などの予防法についてリーフレット等を活用して伝えていくことで、適切な予防行動を促します。

また、高齢者、子ども、障がい者等の熱中症となるリスクの高い「熱中症弱者」について、それぞれの特徴に応じた対応を講ずる必要があります。

### 【取組内容】

- 熱中症予防を呼びかけるリーフレットの配布
- 民生委員児童委員等による高齢者・障がい者の見守り・声掛け
- 生活保護利用者へ保護決定から初めて迎える夏季時にエアコン設置推進
- 村上市高齢者等エアコン設置費補助事業の活用
- 市内医療機関及び介護サービス事業者との連携



出典：環境省 熱中症予防情報サイト

## 重点プロジェクト④ クーリングシェルター・涼みどころの面的な展開

自宅に冷房設備がない市民等が、冷房の効いた場所で涼んで休憩がとれるように公共施設を開放し、一時的に暑熱から避難することができる「クーリングシェルター」を開設します。

令和5年5月の法改正により、市が冷房設備を有する等の要件を満たす施設を指定暑熱避難施設として指定することができるようになりました。公共施設をクーリングシェルター（指定暑熱避難施設）として一般開放し、熱中症による健康に係る被害の発生を防止します。

また、「街中お年寄り愛所」に参加する商店や事務所など、民間事業者に協力を依頼し、高齢者が外出時に気軽に涼んで休憩が取れる「涼みどころ」を広く設置し暑熱避難場所の面的な展開を目指します。

### クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）

#### 【設置要件】

- ・熱中症予防を目的として、開設期間中に休憩場所を提供できること
- ・施設の営業時間中に休憩場所を一般開放できること
- ・休憩場所の実情及び規模に応じた適切な機能を有した冷房設備が備わっていること
- ・休憩場所に滞在することが可能な空間が適切に確保されていること
- ・職員等が常駐しており、利用者の求めに応じて救急車を呼ぶなどの対応が取れること

#### 【開設期間】

6月1日から9月30日

#### 【開設時間】

各施設の開放可能時間とする

#### 【対象施設】

別紙 クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）対象施設一覧表のとおり

※公共施設（国・県・市）を対象とし、随時修正を行います

### 涼みどころ（民間施設）

#### 【設置要件】

- ・暑熱を避け、涼むことができる屋内施設
- ・休憩ができる椅子等を設置している施設
- ・利用者へ営業を行うなど営利目的の設置ではない施設

#### 【開設期間】

6月1日から9月30日

#### 【開設時間】

民間事業者の開放可能時間とする

**【対象施設】**

- ・「街中お年寄り愛所」に参加する商店や事務所
- ・「涼みどころ」の設置要件に該当し、熱中症予防に協力できる民間事業者（協力依頼）

※対象施設には市が作成したステッカーやポスター等を配布

クーリングシェルター（指定暑熱避難施設）対象施設一覧表

| No. | 施設名                       | 所管課           | 指定暑熱<br>避難施設 | 開放可能日時                                                                                       | 受入可能<br>人数 |
|-----|---------------------------|---------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1   | 村上市役所                     | 総務課           | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 5 人        |
| 2   | 荒川支所                      | 荒川支所<br>地域振興課 | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 5 人        |
| 3   | 神林支所                      | 神林支所<br>地域振興課 | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 10 人       |
| 4   | 朝日支所                      | 朝日支所<br>地域振興課 | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 5 人        |
| 5   | 山北支所                      | 山北支所<br>地域振興課 | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 5 人        |
| 6   | 村上農村環境改善センター              | 農林水産課         | ○            | 9:00～21:30<br>期間中無休                                                                          | 5 人        |
| 7   | 村上市勤労者総合福祉センター            | 地域経済振<br>興課   | ○            | 8:30～17:15<br>土日祝除く                                                                          | 10 人       |
| 8   | 村上市町屋造観光案内所               | 観光課           | ○            | 9:00～17:00<br>期間中無休                                                                          | 5 人        |
| 9   | 朝日みどりの里物産会館               | 観光課           | ○            | 9:00～18:00<br>※臨時休業等あり                                                                       | 5 人        |
| 10  | 生涯学習推進センター<br>（中央公民館）     | 生涯学習課         | ○            | 8:30～22:00<br>期間中無休                                                                          | 35 人       |
| 11  | 荒川地区公民館                   | 生涯学習課         | ○            | 8:30～22:00<br>期間中無休                                                                          | 6 人        |
| 12  | 神林農村環境改善センター<br>（神林地区公民館） | 生涯学習課         | ○            | 8:30～22:00<br>期間中無休                                                                          | 19 人       |
| 13  | 村上市総合文化会館<br>（朝日地区公民館）    | 生涯学習課         | ○            | 8:30～22:00<br>期間中無休                                                                          | 20 人       |
| 14  | さんぽく会館<br>（山北地区公民館）       | 生涯学習課         | ○            | 8:30～22:00<br>期間中無休                                                                          | 15 人       |
| 15  | 教育情報センター                  | 生涯学習課         | ○            | 9:00～22:00<br>期間中無休                                                                          | 10 人       |
| 16  | 村上市スケートパーク                | 生涯学習課         | ○            | 9:00～21:00<br>期間中無休                                                                          | 100 人      |
| 17  | 笹川流れ夕日会館                  | 山北支所<br>産業建設課 | ○            | ・ 10:00～16:00<br>（4 月～7 月 12 日までの<br>月・水・金）<br>・ 9:00～17:30<br>（7 月 13 日以降の毎日）<br>※毎月最終水曜日休館 | 5 人        |