

環境省熱中症対策に係る自治体等担当者向け講習会における概要について

去る5月30日に大阪で開催されました標記講習会の内容について、熱中症予防対策の推進のうえでポイントとなると思われる点を抜粋いたしました。

つきましては、次の点も参考に、貴法人における熱中症予防対策の推進に御活用ください。

○平成24年度環境省熱中症対策にかかる自治体等担当者向け講習会

○講師 「医療から見た熱中症」

昭和大学 救急医学講座 講師 中村 俊介 氏

「日常生活における熱中症」「子どもと高齢者の熱中症予防策」

京都女子大学 家政学部 教授 中井 誠一 氏

「保健指導のあり方 地域における取組み」

一般財団法人気象業務支援センター 気象予報士 村山 貢司 氏

※後日、各講師のレジュメが環境省ホームページに掲載される予定ですので、御参照ください。

- ・ 暑熱環境に居る、或いは居た後の体調不良は、全て熱中症の可能性があるとされている。
- ・ 熱中症は高齢者ほど重症になる割合が高く、また熱中症は重症化した場合、何らかの障害が残る可能性もある。
- ・ 熱中症は、暑さに体が慣れていないと発生しやすい。従って、6月の梅雨明け時などに急に気温が上昇した際に、熱中症患者が急増する傾向がある。
- ・ 暑さ指数（WBGT）28度以上は、熱中症対策のうえで大変危険な状態であると認識すべし。
- ・ 子どもは発汗機能が未発達なことから、体温調整をする機能が十分でなく、熱中症にかかりやすい。また、道路から来る輻射熱を勘案した時、例えば大人と子どもで感じる体感温度は、2℃から3℃、子どもが高くなることもある。子どもは大人より暑い環境にいると認識して、涼しい服装、衣類の着脱を適切に指導することが重要。

- ・ 熱中症患者に高齢者が多い状況について、近年の医学的研究から、老化と体温調節メカニズムが解明されつつあり、次の特徴が指摘されている。
 - ① 高齢者は、体温調節機能の低下により、体内の熱を放出しにくい状態にあり、若年者より高体温になりやすい。
 - ② 統計的に、若年者に比べて高齢者は水分補給の量・頻度が少ない傾向があり、かつ発汗量も少なくなっていることから、少しの汗で濃い塩分が放出されることになり、脱水状態を生みやすい状態にある。
 - ③ 高齢者は、一般的に老化により、暑さを感じる反応が鈍くなっている。仮に屋内にいたとしても、実際には室内が高気温になっているにもかかわらず、暑さを感じる反応が鈍くなっていることから、熱中症にかかる、というケースが多い。

暑くない、のではなく、反応が鈍くなっているから感じていないだけであることに、注意が必要。

- ・ 熱中症予防対策のポイント(総括)
 - ① 天気予報の最高気温は、直射の状態、輻射熱を考慮していない。従って、天気予報の最高気温から、+4℃から5℃は、体感温度は高くなると心得る必要がある。
 - ② 高齢者は圧倒的に屋内で熱中症にかかっている。何故屋内なのに熱中症にかかるのか、高齢者の体のメカニズムを認識することが重要である。
 - ③ 子どもは、地面に近い分、大人より体感温度が2℃～3℃高くなると心得る必要がある。子どもには衣類の調整と水分補給が重要。
 - ④ 熱中症対策の基本
 - ア 衣類の調整・・・服装次第で体感温度は大きく変わる。
 - イ 居住環境の工夫・・・温度計を置き、現在の気温に気を配る。特に高齢者は暑さへの反応が鈍くなっている分、温度計の設置による気温のチェックが重要。
 - ウ 気象情報のチェック
 - エ こまめな水分補給
 - オ 暑さに強い身体作り(可能な範囲に限る)
 - カ 万が一、熱中症が発症した際の対応策の確認(医療機関、保健所等の連絡先)