

暑さ指数 (WBGT)

暑さ指数 (WBGT (湿球黒球温度) : Wet Bulb Globe Temperature) とは、気温・湿度・日射量などから算出する指数で、熱中症を予防する際の目安となります。熱中症予防指針は、「危険」「嚴重警戒」「警戒」「注意」の4段階に分けられています。段階ごとに熱中症を予防するための生活や運動の目安が示されていますので日常生活の参考にしましょう。

表 1. 日常生活における熱中症予防指針

(日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」より)

温度基準 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険 31°C以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒 28°C以上 31°C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。
警戒 25°C以上 28°C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十分に休息を取り入れる。
注意 25°C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。

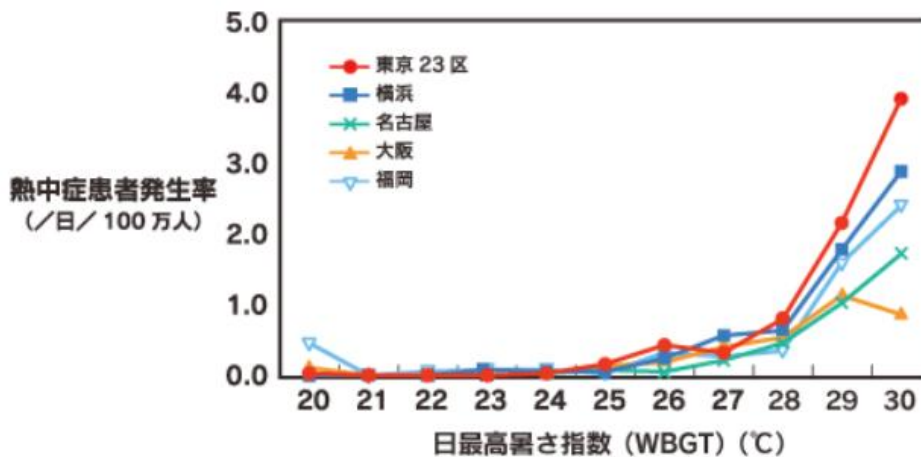


図 1. 日最高暑さ指数 (WBGT) と熱中症患者発生率の関係

(環境省 熱中症予防情報サイト (<https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt.php>) より)

図 1 は環境省の熱中症予報情報サイトからの引用ですが、この図から暑さ指数 (WBGT) が 28 (嚴重警戒) を超えると熱中症患者が著しく増加する様子が分かると分析されています。

参考として、下の図 2 に青森県の熱中症による救急搬送者数と青森市にある青森地方気象台の暑さ指数 (WBGT) を載せてみました。

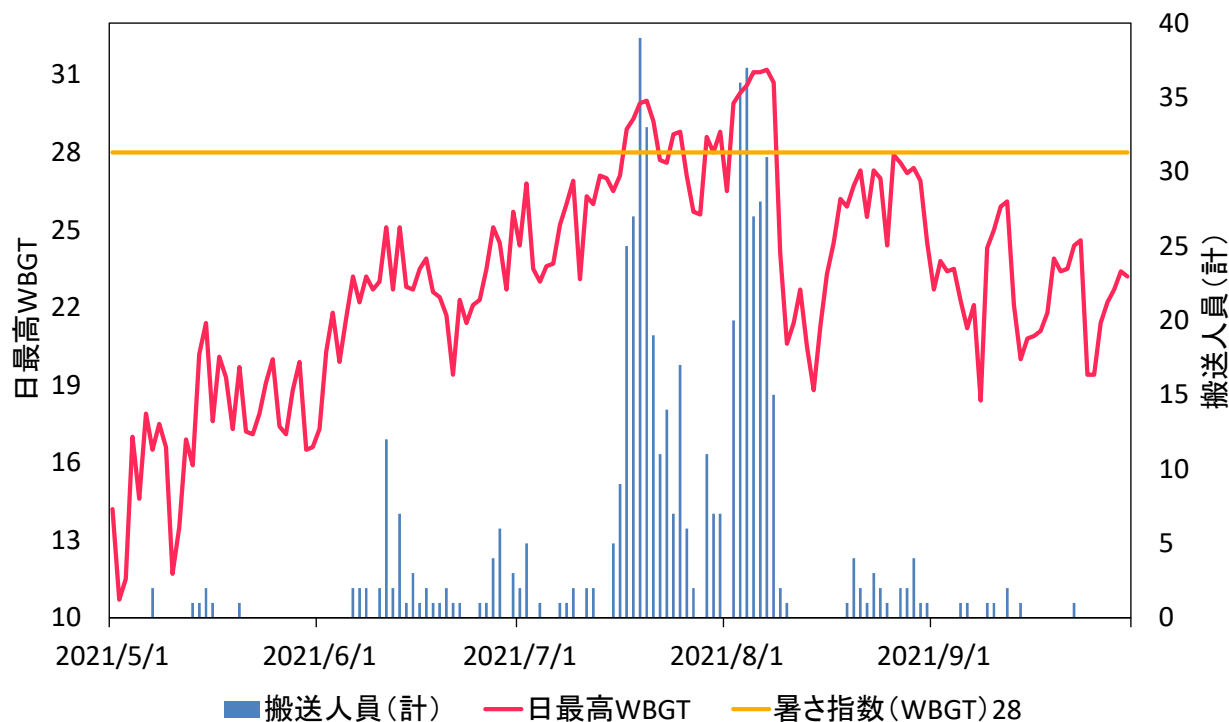


図2. 青森地方気象台（青森市）の日最高暑さ指数（WBGT）の実況値と青森県全体での熱中症による救急搬送人員の変化（2021年5月～9月）
（青森市の観測値と青森県全体の熱中症による救急搬送者数を比較していることに注意）

上の図2より、7月の中旬ごろからは日最高暑さ指数が特に高い時期となり、それに伴い、熱中症による救急搬送者数が急激に増えています。2021年の東北北部の梅雨明けは7月16日ごろなので、梅雨明けの時期は熱中症になりやすいと言えます。

これから年間で最も気温の高い時期に入りますが、梅雨明け直後は多くの方が十分に暑さに慣れていないため熱中症発生リスクが高くなります。また、野外の厳しい暑熱環境で活動する機会が多くなる時期ですので、暑さへの対策が欠かせません。暑さ指数（WBGT）や熱中症警戒アラートを行動の目安として適切な熱中症予防行動を取っていただくようお願いします。

参考資料

環境省「熱中症予防情報サイト」<https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt.php>

消防庁「熱中症による救急搬送人員に関するデータ」

<https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/post3.html#heatstroke03>

（この原稿の作成 西嶋）



国土交通省 気象庁 青森地方気象台
〒030 - 0966 青森市花園一丁目17番19号
電話 017-741-7411



気象庁ホームページ：<https://www.jma.go.jp>

青森地方気象台ホームページ：<https://www.jma-net.go.jp/aomori/>