

熱中症施策の先進事例等について

～健康・保健・福祉等の部局による高齢者への対応を中心に～

1) 広島県府中市の事例

人口 約3.5万人(2024年12月推計)

2) 石川県小松市の事例

人口 約10.4万人(2024年12月推計)

3) 石川県金沢市の事例

人口 約45.6万人(2024年12月推計)、中核市・保健所政令市

4) 千葉県いすみ市の事例

人口 約3.3万人(2025年1月推計)

5) 静岡県静岡市などの事例

人口 約67.1万人(2025年1月推計)、政令市

6) 神奈川県横須賀市の事例

人口 約37万人(2025年1月推計)、中核市

7) 大阪府吹田市の事例

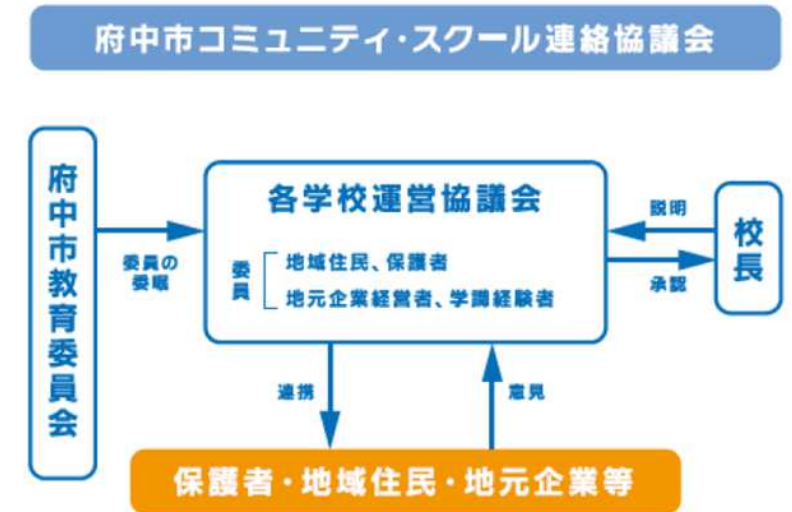
人口 約39.4万人(2024年12月推計)、中核市

1. 広島県府中市の事例①

コミュニティスクール等を活用した地域で取り組む熱中症対策

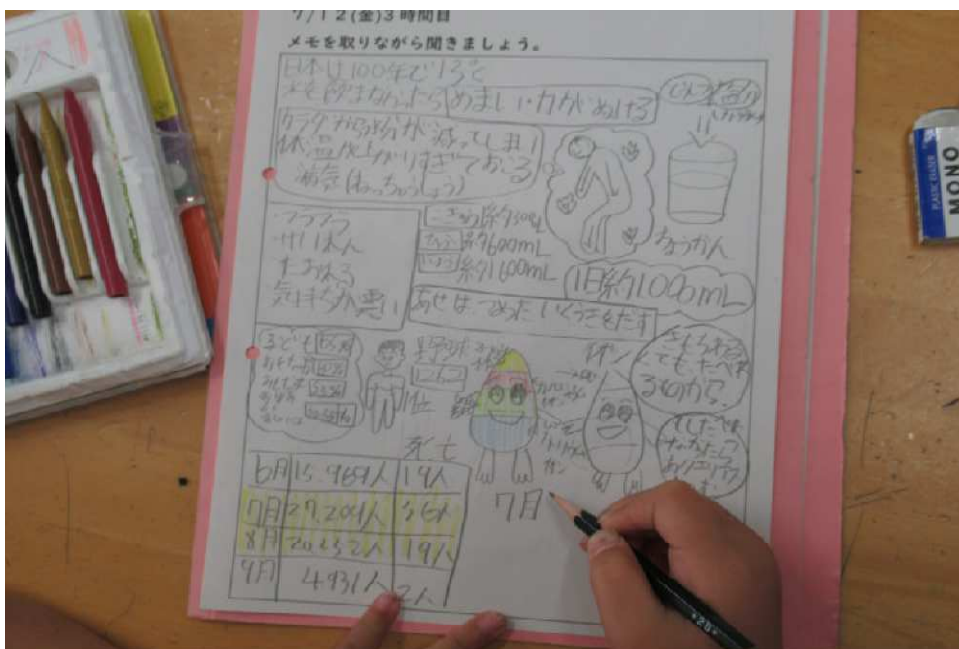
① コミュニティスクールを活用した、小学生による研究発表会

小学生が熱中症を学び、自ら対策を考えて発表する場として、市内4小学校で地域の高齢者や保護者を招いた研究発表会を実施し、熱中症予防の必要性を発信した。



	明郷学園	栗生小学校	上下中学校	国府小学校
実施時期	7月	8月	7月	7月
取組内容	地域住民が学校運営に参加するコミュニティ・スクール(CS)の時間に自身で学んだことを活かし研究発表として啓発活動を行った	事前授業にて熱中症対策について学び、地域の祭りで塩分タブレットを同封した暑中見舞いはがきを配布し、地域の高齢者へ熱中症啓発を行った	地域の方と生徒が一緒に行う清掃活動に併せて発表の時間を設け、地域の方へ熱中症への注意を呼びかけた。早朝の時間に地域内各10か所程度で実施した	大ラジオ体操(学校区全域)の際に、児童生徒・保護者・地域の方の前で発表し、熱中症啓発の呼びかけを行った
対象者	地域住民・民生委員・学校運営協議会	地域住民	地域住民	保護者・地域住民・児童生徒

1. 広島県府中市の事例②



▲塩分タブレットを同封した暑中見舞いはがき

◀こどもたちの学び

1. 広島県府中市の事例③

②高年齢者の見守り連携協定先による啓発チラシの配布

ひとり暮らし高齢者向けの牛乳配達、宅食サービス企業等に協力して頂き、チラシの配布などにより冷房の利用や水分摂取などを呼びかけた。

- ◆実施時期：7月～10月の期間
- ◆協力事業者名：府中家具給食組合、料理天国やまもと、山根商店、桑木給食(株)、(有)明治宅配センター府中
- ◆配布枚数：約3,500部

室内でも発症する熱中症

熱中症を予防しよう！

熱中症は、高温多湿な環境に長時間いることで、“体に熱がこもった状態”のことを指します。熱中症は屋外だけではなく、室内でも発症します。予防のための正しい知識を知り、熱中症を防ぎましょう。

府中市長 大塚 政徳 (おのおわり まさき)

府中市長 大塚 政徳 (おのおわり まさき)

◎熱中症の症状

軽度	めまい・失神、大量に汗をかく 手足のしびれ
中度	頭痛、吐き気、体がだるい 力が入らない
△ 重度	呼びかけに反応しない、けいれん、 体が熱い

◎予防のための 3つのポイント

- のどが乾く前にこまめな水分補給！
- 気分が悪くなる前にこまめに休憩！
- 帽子や日傘で直射日光を避けましょう！

応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関を受診しましょう
呼びかけに応じない、自力で水分を摂取できない時はためらわずに救急車を呼びましょう

応急処置については裏面へ
問い合わせ先
府中市健康推進課 ☎0847-47-1310

▲表面(熱中症の症状と予防のポイント)

熱中症の予防・対策

熱中症は正しい予防方法を知り、暑熱から身を守ることで防ぐことができます。例えば、衣服や帽子の着用、水分の摂取など、暑熱に勝つための工夫が暑熱に勝つことには必要です。無理せず、暑熱に勝つようにしましょう。

- ① シーズンを通して、暑熱に負けない体づくりを続けよう
- ② 特に注意が必要なシーンや場所で、暑熱から身を守るアクションを
- ③ 日々の生活の中で、暑熱に対する工夫をしよう

応急処置

救急車を呼んでいるあいだにも、現場で応急処置をすることで症状の悪化を防ぐことができます。熱中症は急に起こる危険な症状です。早く対処してはいけません。

- ① 涼しい場所へ移動しましょう
- ② 衣服を脱ぎ、体を冷やして体温を下げましょう
- ③ 水分や水分を補給しましょう

クーリングシェルターも利用しましょう！
クーリングシェルターとは、危険な暑さから避難できる場所として冷房設備を完備している施設などで市が指定した施設のことをいいます。熱中症特別警戒アラートの発表期間中は開放します。クーリングシェルターも利用して、熱中症から身を守る行動をとります。施設の場所や開放時間などは府中市ホームページなどで確認してください。

このマークが目印です。府中市内のクーリングシェルター(府中市HP) 熱中症予防情報サイト(連携先HP)

▲裏面(熱中症の応急処置など)

1. 広島県府中市の事例④

③“老人大学”において、6月を中心に熱中症セミナーを開催

	東部教室	西部教室	北部教室	上下教室
実施時期	6月20日	7月18日	7月11日	6月28日
開催場所	生涯学習センター	Kultピア明郷	協和公民館 スポーツグラウンド	上下町民会館
取組内容	熱中症対策について	熱中症対策と 毎日の健康づくり	カラダは食べた物から できている (熱中症対策を含む)	熱中症対策について (救急救命士による 講義)
参加者数	31名	32名	32名	15名



▲7月18日開催の“老人大学”より資料を一部抜粋(※以下同じ)



▲エクササイズの様子

●生活習慣病の予防も意識した、高齢者でも無理なく取り組める、**地元のエクササイズ**を紹介。

“座学”ばかりではなく、参加者全員で身体を一緒に動かす時間も設けている。

1. 広島県府中市の事例⑤

5分休憩

水分摂取をお願いします



- エクササイズの後、**水分補給**のための**休憩**時間を確保。
これに絡めて、話題は水分補給の重要性へ。

全体的な話題からはじまり、個別のテーマや地域性のある内容などを含め、すべてひとつの流れとして構成されていたように感じました。
内容も具体的でわかりやすかったです。
この他、参加者に問いかけたり、手を挙げていただいたり、立ったり座ったり、試飲してもらったり…、と随所に飽きさせない工夫がありました。

こまめな水分補給

お酒と塩分には注意が必要！

- ◆お酒は水分摂取にはなりません
適量…**1日1合** **週に2日の休肝日!**
ビール500ml
焼酎・日本酒180ml
酎ハイ520ml
- ◆塩分は取り過ぎに注意
広島県の目標値…**1日8g**を目指しましょう



- 水分補給の話題から、お酒と塩分の摂り過ぎの注意喚起へ。

経口補水液

・脱水症に用いる飲料

・スポーツドリンクに比べて、塩分や糖분을バランスよく含み、効率よく吸収できる

・市販の経口補水液を準備しておく

出典: いざという時に役立つ! 経口補水液の作り方 - ors_02.pdf

- それでももし**脱水症状**になってしまったら…として**経口補水液**の作りかたを紹介。
- “実際につくってみました”として小さなカップで**試飲**を実施。

熱中症予防のための食事

バランス良く!

ビタミンB1	豚肉、大豆製品、モロヘイヤ、玄米など
ビタミンC	赤ピーマン、ブロッコリー、キウイなど
クエン酸	酢、レモン、グレープフルーツ、梅干しなど

- ・高齢者で水を飲みにくい方は、水分が多く含まれているフルーツや野菜を食べるようにする
- ・生野菜が食べづらい場合は、漬物にする



- さらに食事の話題へ。「きゅうりを作っているなら、浅漬けにするといいよ」など聴き手にわかりやすい具体例を示す。同時にバランスの大切さと「これだけで十分というわけではない」という注意喚起も。

自分の体の状態を知る機会に

- ◆後期高齢者健診
- ◆70歳以上の
 - ・胃がん検診
 - ・肺がん検診
 - ・大腸がん検診
 - ・乳がん検診
 - ・子宮頸がん検診

なんと**無料**

- さらに**後期高齢者健診**のお知らせへ

2. 石川県小松市の事例

見守り・声かけの事例(水、うちわとチラシの配布)

- **社会福祉協議会**が行う高齢者等見守り活動のひとつとして、6月中旬頃から約3週間で民生委員と**地域福祉推進員**が独居高齢者等の見守り対象者約5,400人(令和5年現在)を訪問し、**地域の名産である水、うちわと熱中症啓発チラシを配布**し、エアコンの適切な使用等、熱中症への注意を呼びかけている。



・9月1日の**防災の日**に行う安否確認(訪問か架電)とあわせて、必ず年に2回は対象者と接する機会ができた。
※除雪時期にも対象者のことを気にかけている。

・一齐に行う取組があると広報もしやすく、民生委員等がこうした活動をしていることを知って頂く良い機会になっている。

▲訪問時に持参した地域名産の水、うちわ、チラシ

■ 苦労した点

新型コロナウイルス感染症の流行以降、対面で会いたくない方にはドアのノブにかけるなどしている。民生委員、地域福祉推進員の使用するマスクは社会福祉協議会から提供した。

水の配布対象とならなかった方からは「隣の●●さんはもらったのにうちはもらえなかった」と言われることもある。

■ 工夫した点

小松市にいる約250名の民生委員だけでは、3週間で5,400人を訪問することは難しい。民生委員とほぼ同数の地域福祉推進員が協力して活動いただけることで実施できている(ひとり当たりの担当者は約12名)。

3. 石川県金沢市の事例①

2種類のクーリングシェルター

気候変動適応法の改正に伴い、クーリングシェルターとして公共施設16か所を指定。

法律上は熱中症特別警戒アラートが発表された場合、クーリングシェルターを開放しなければならないが、上記に関わらず、夏季の高温時に休憩できる場所として利用可とし、市民への普及啓発を行った。

期間：令和6年7月1日(月)～9月30日(月)

場所：公共施設 16か所(市有施設14か所、県有施設2か所)

設備：**モデル型6か所**(市役所第一本庁舎等) ※設備の内容は施設毎に異なる。

- ウォーターサーバーの設置、熱中症予防動画の放映(※)
- 「木の文化都市・金沢」らしい雰囲気の間取りづくり(※)
- 冷却グッズや熱中症対策啓発リーフレット、スタンドパネルの設置

簡易型 10か所

- 冷却グッズや熱中症対策啓発リーフレット、スタンドパネルの設置

＜参考＞「金沢市における木の文化都市の継承と創出の推進に関する条例」

(市の施設における積極的な木の利用等)

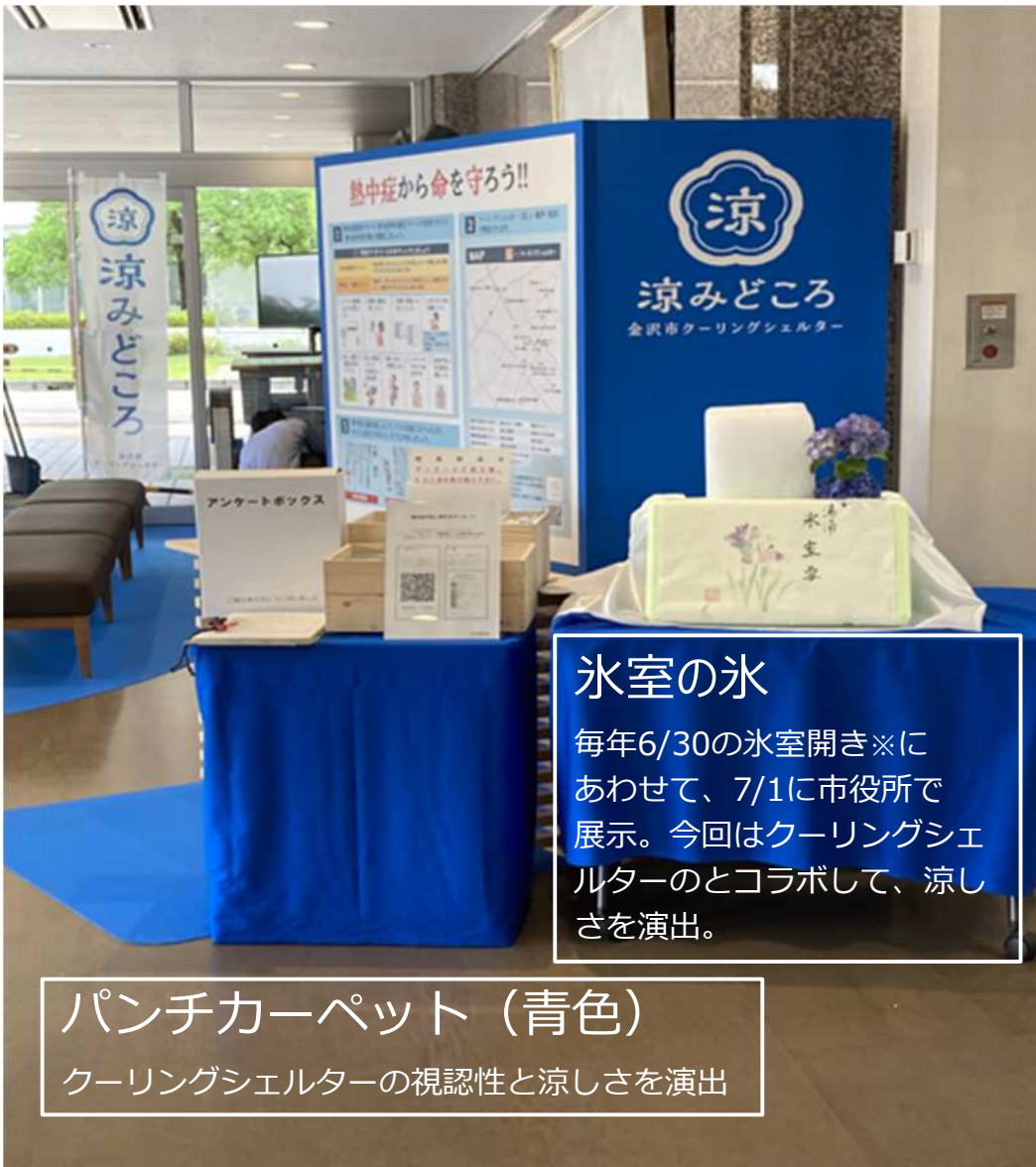
第13条 市は、自ら行う建築物等の整備に木材及び木材を使用した製品を率先して利用するよう努めるものとする。



参考) スタンドパネル

3. 石川県金沢市の事例②

モデル型の参考例



氷室の氷
毎年6/30の氷室開き※にあわせて、7/1に市役所で展示。今回はクーリングシェルターのとコラボして、涼しさを演出。

パンチカーペット（青色）
クーリングシェルターの視認性と涼しさを演出

市役所第一本庁舎



木製ベンチ
既存のベンチを活用し、木の文化都市金沢らしい会場づくりを演出

市役所第二本庁舎

※氷室開き
江戸時代加賀藩が徳川家に氷を献上していたことに由来する伝統行事。江戸時代には氷は非常に貴重であったため、冬になると「氷室」と呼ばれる貯蔵庫(氷室小屋)に雪を詰め、保管していました。そして、旧暦6月1日を「氷室の朔日」と呼び、保管していた雪氷を切り出して、徳川家に氷を献上していました。
これを再現した催しを「氷室開き」として、毎年6月30日に湯涌温泉にて行っています。氷室小屋で仏事後、切出された雪氷を薬師寺へ奉納します。

3. 石川県金沢市の事例③

簡易型の参考例



金沢学生のまち市民交流館



泉野図書館



玉川図書館



近江町交流プラザ



金沢プール



鳴和台体育館

4. 千葉県いすみ市の事例

涼み処



- 地元高校の美術部、書道部による装飾
- ウォーターサーバーを設置。

5. 静岡県静岡市ほかの事例

静岡県美容業生活衛生同業組合(静岡県美容組合)によるクーリングシェルター開設

- 指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)の考え方に賛同した**静岡県美容業生活衛生同業組合**が、まず静岡市に働きかけ。浜松市や掛川市でも同様に展開中。
- 組合は支部長を通じ写真や情報を集め、組合員116店舗の協力(令和6年9月30日時点)を得る。静岡市との協定をとりまとめ。教育委員会を通じて**静岡市内のすべての小・中学校**に、組合が独自に制作したポスターを配布。
- 厚生労働省「理容所及び美容所における衛生管理要領」に“待合所”を設置する規定があることから、これをクーリングシェルターに援用。



▲静岡市制作のポスター
サイズは3種類用意されている。



▲待合所
場合により作業場の美容椅子も利用できる。



▲組合が独自に制作したポスター

■苦勞した点

市と個別店舗になると連絡や調整が難しいので、とりまとめ部分を組合が担った。「協定書」には店舗の写真を含めるものとして、その写真や店舗情報の収集で支部長にはご苦勞をいただいた。

■工夫した点

児童・生徒にも、暑いときには美容室でも休息ができることを伝えたい。すべての小・中学校の校長先生宛に手紙とポスターを送付して、理解と周知を促した。

6. 神奈川県横須賀市の事例

特別警戒情報発表時の「開館延長」

- 特別警戒情報発表時には、横須賀市が指定するクーリングシェルター19か所のうち下記の9か所について通常は17時閉館のところ開館時間をそれぞれ延長することに決定

施設名	所在地	開放時間	開放日	収容可能人数
追浜行政センター	横須賀市夏島町9	8時30分～ 21時	全館休館日以外	20人
田浦行政センター	横須賀市船越町6-77	8時30分～ 21時	全館休館日以外	12人
逸見行政センター	横須賀市東逸見町2-29	8時30分～ 21時	全館休館日以外	9人
衣笠行政センター	横須賀市公郷町2-11	8時30分～ 21時	全館休館日以外	20人
大津行政センター	横須賀市大津町3-34-40	8時30分～ 21時	全館休館日以外	27人
浦賀行政センター	横須賀市浦賀5-1-2	8時30分～ 21時	全館休館日以外	8人
久里浜行政センター	横須賀市久里浜6-14-2	8時30分～ 21時	全館休館日以外	24人
北下浦行政センター	横須賀市長沢2-7-7	8時30分～ 21時	全館休館日以外	15人
西行政センター	横須賀市長坂1-2-2	8時30分～ 21時	全館休館日以外	23人

(※)行政センターのしごとは、センターのある地域のいろいろな団体や組織に関わるしごとと戸籍・住民票等に関わるしごとに大きく分かれ、それぞれ「地域コミュニティ係」と「地域窓口サービス係」が分担してしごとを受け持っています。

横須賀市健康増進課 熱中症ホームページ https://www.city.yokosuka.kanagawa.jp/3130/heat_stroke.html

■ 苦労した点

- ・熱中症特別警戒情報についての説明
- ・クーリングシェルターの理解

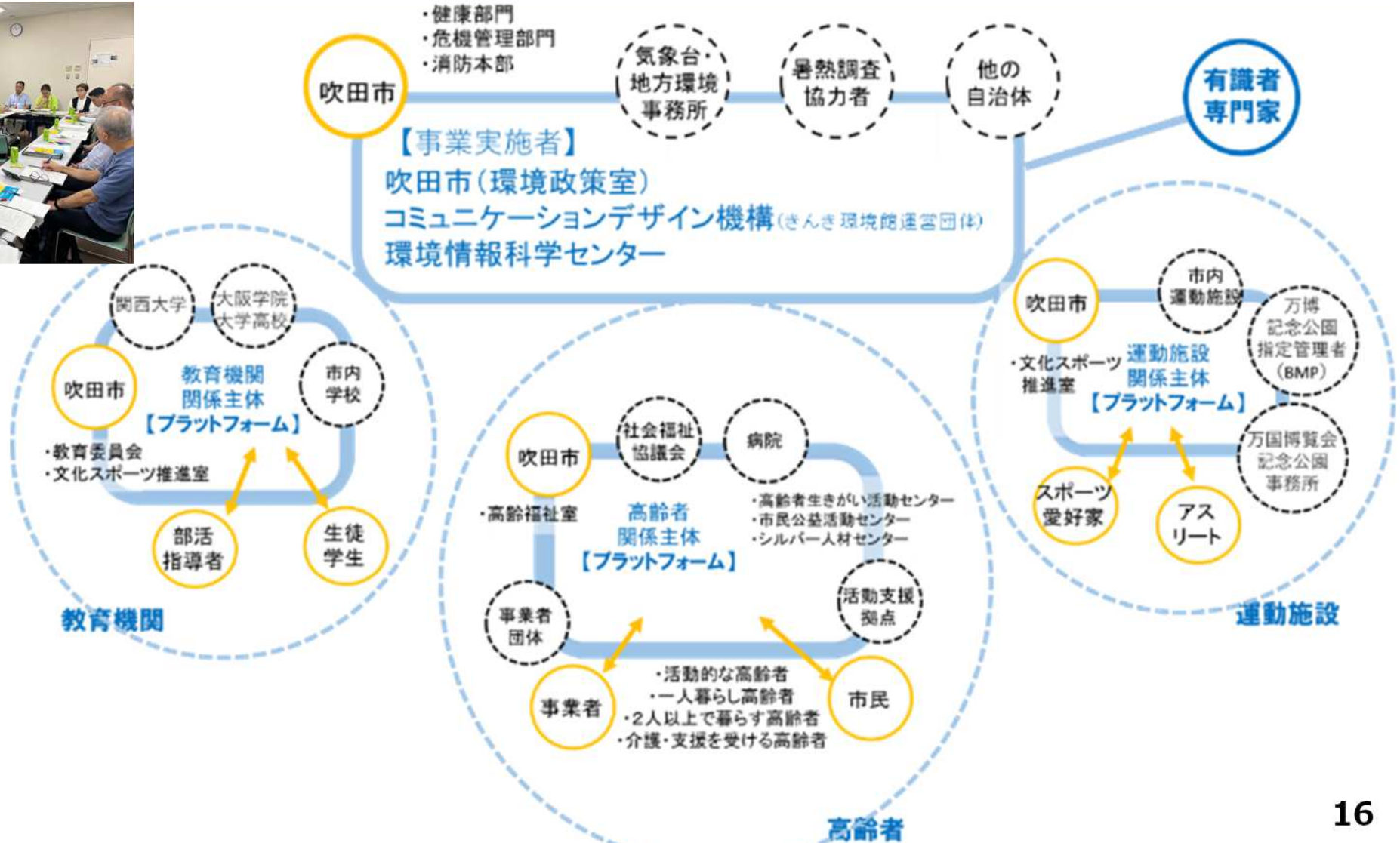
■ 工夫した点

- ・関係部課長を中心とした熱中症対策連絡会議の開催

7. 大阪府吹田市の事例①

「プラットフォーム」による組織運営

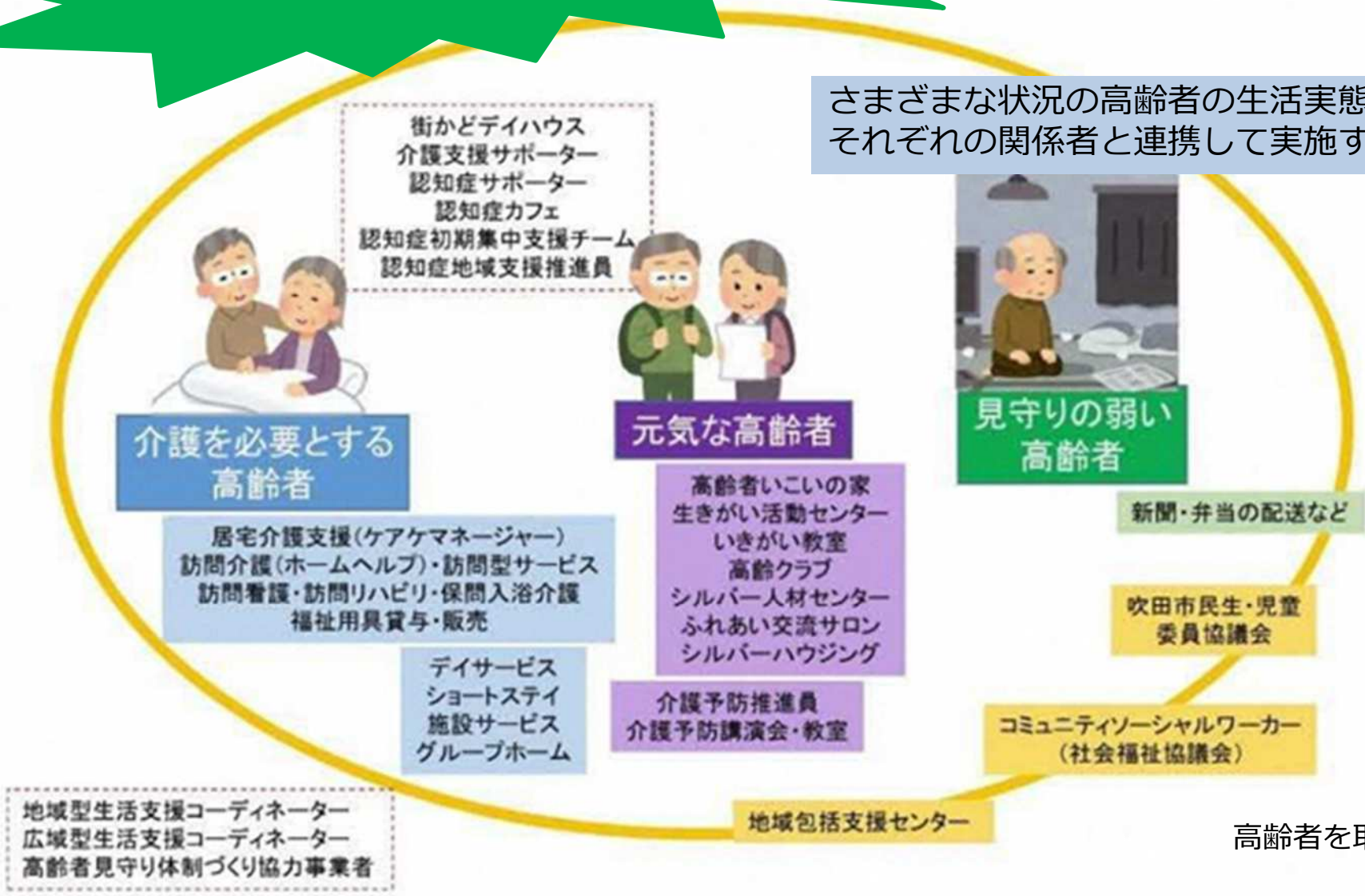
- 環境政策室が中心となって、熱中症発症者が多い「高齢者」「教育機関」「運動施設」の各関係主体が参画した、3つのプラットフォームという組織体で熱中症対策を推進
- 高齢者に直接に接する方への啓発、高齢者支援団体の声かけによる行動促進



7. 大阪府吹田市の事例②

「高齢者」とひとくくりにはしない!!

さまざまな状況の高齢者の生活実態に応じた対策を、それぞれの関係者と連携して実施することが効果的



7. 大阪府吹田市の取組事例③

介護を必要とする高齢者対象

高齢者をサポートする方へ
熱中症対策ハンドブック

はじめに 実践編 エアコン 実践編 水分 実践編 服装・環境 資料編

救急搬送者を一人でも減らすために

高齢者は熱中症の発症リスクが高いため効果的な熱中症予防行動の支援が必要です

ケアマネジャー・ヘルパーに聞きました！

表紙

ケアマネジャー・ヘルパーの「現場のアイデア」

●**室温管理に工夫！**
 ・エアコンの設定温度を1℃上げてみたところ、エアコンを切ってしまう頻度が減った。
 ・日中はショートステイを活用して、室温管理がされている場所で過ごせるように工夫した。

●**声かけに工夫！**
 ・エアコンの電気料金と、熱中症で入院した場合の治療費を説明し、経済的な観点からもエアコンを使用するよう声かけをした。
 ・ケアマネジャー、ヘルパー、訪問看護婦が連携して、エアコンを使用するよう声かけをした。
 ・エアコンの使用状況を詳しく尋ね、就寝時もエアコンを使用するよう声かけをした。
 ・温度計を持参し、室温が高いことを視覚的に示してエアコンを使用するよう声かけをした。

●**体感温度に注意！**
 ・暑い外から入ってきたり、汗だくになって作業をすると28℃は暑く感じるが、室内で寝たきりだと28℃は暑く感じるので、高齢者との体感温度の違いを認識するよう心がけた。
 ・エアコンの風が直接当たらないように、ヘッドの位置を動かして調節した。

就寝時もエアコンを使いましょう！
 睡眠後、体温が低下する4時間くらいまでは、扇風機の弱い風を併用するとよい

扇が体に直接あたらないよう、エアコンの送風口や扇風機の首の角度を工夫する

エアコンの電気料金の節約のため、扇風機を併用し、空気を循環させましょう

4

中間

実践編 エアコン

Check!

- 温度計で部屋の温度や湿度を確認する
- エアコンが壊れていないか、暖房運転になっていないかを確認する
- 室温28℃を目安に適切な温度にする
★必要に応じて、エアコンの設定温度を低めにしましょう
- 就寝時もエアコンを使用する
- 冷えが気になる時は、エアコンの風向きを上向きに固定することや、扇風機を併用する

温度計で室温をこまめにチェック!

28.0℃
50%

エアコンの電気料金と入院費の比較

熱中症が重症化した場合、合併症や後遺症を発症しやすく、死亡する場合があります。
 全国の救命救急センターを対象にした調査によると、**高齢者は熱中症で平均12日間の入院が必要で、死亡率は15%以上にもなるとされています。**また、入院生活によって**筋力の衰えや認知機能の低下**が起こることがあり、入院生活の間に、自立していた人が寝たきりになるという事例もあります。
 「点滴をうってすぐに帰れる」というような軽い考えではなく、熱中症を発症しないように、エアコンの電気料金をケチらず予防行動をとることが重要です。

エアコンを1日使用した場合の電気料金 数百円
 熱中症で1泊入院した場合の治療費 数万円

エアコンの電気料金は入院の保険代!

(参考)熱中症予防啓発ネットワーク

高齢者の筋肉量は、10日間の寝たきりで、**健康者で約1割、重症患者で約2割も減少**します。

エアコンの設定温度ではなく**温度計で室温管理**をしましょう。

3

◆高齢者をサポートする方向けのハンドブック作成

- ・高齢者の生活実態(令和5年度事業結果)を踏まえ、自宅で暮らす高齢者のサポートする方向けに「熱中症対策ハンドブック」(A5版12ページ)を作成。
 - ・7月に試行的にケアマネジャー、ヘルパー等に配布し、居宅介護サービスを受ける高齢者に適切な熱中症対策を行う際の参考にしていただいた。
- ハンドブックを活用した際の改善点について意見を収集した他、ケアマネジャー、ヘルパーに対して、意見交換を別途行い、ハンドブックのブラッシュアップに取り組んだ。

Environmental Restoration and Conservation Agency

環境政策の実施機関として、①公害に係る**健康被害の補償・予防**、②**石綿健康被害**の救済、③環境政策に貢献する**研究・技術開発等の推進**、④民間団体が行う**環境保全活動の支援**、などを実施

設立 平成16年4月1日
本部 神奈川県川崎市
組織 8部1室 169人
予算 516億円(支出)

人の命と環境を守る取組

石綿健康被害者救済

年約1,300人救済
(累計約1.7万人)



公害健康被害補償・予防

(S63までに認定された)
ぜん息等認定患者 3万人に補償給付
8,000事業所等から賦課金(344億円)を徴収

科学技術・イノベーション

環境研究総合推進費業務

5領域161課題の公募による
研究開発を推進(50億円)



人への投資

NPOの環境活動を支援

R5 161件
活動基盤の強化、多様な
主体との連携・協働の促進

高校生の環境活動を表彰

R5 115件応募
若手の人材育成の強化

気候変動適応策

熱中症対策の推進

地域の熱中症対策の先進事例の横展開
(地域モデル事業支援)
改正気候変動適応法の公布(R5 5/12)
(ERCAへ熱中症対策業務が追加)

環境再生保全機構の取組(令和7年度研修(案))

研修名	内容（検討中）	開催地等、開催予定時期	
<p>地域対面研修① 研修内容に関するご要望に対応いたします。 ※内容によっては不可。 (半日完結：午後)</p>	<p>【暑熱環境と健康被害発生状況について】 1.アラート発表回数と搬送者数の推移等 2.人口動態（死者数） 【熱中症の発症機序、ハイリスク層、予防方法等】 (発症状況、発症後の経緯、患者動画含む。) 講師：救急専門医、救急救命士 【自治体における高齢者対策の事例紹介】 【意見交換会】</p>	<p>青森県、岩手県、秋田県、 埼玉県、神奈川県、新潟県、 富山県、岡山県、香川県、 福岡県、佐賀県、長崎県</p>	<p>4月下旬 ～ 7月下旬</p>
<p><新> 地域対面研修①-2 (上記①同日午前)</p>	<p>熱中症患者発生時の救急対応（状態評価、救急、冷却） <別紙②参照> 対象：自治体、指定暑熱避難施設、熱中症関係者</p>	<p>地域対面研修①を開催する 県のうち希望するところ</p>	<p>上記①と 同日</p>
<p><新> 地域対面研修② 講演会形式 自治体職員以外も参加可 とする予定</p>	<p>熱中症による死亡者数のボリュームゾーンである都市部の 高齢者に対する対策やアウトリーチに関する研修を ハイブリッド形式で実施。 ・東京、大阪における熱中症死亡者分析 ・夏の高齢者見守り事例の紹介(吹田市等) ・熱中症に関する高齢者特有の留意点 等</p>	<p>関東・関西の都市部で毎年開催 ハイブリッド開催 申込制(個人)</p>	<p>9月 ～ 10月</p>
<p>オンライン研修</p>	<p>対 象：地域研修に参加できない方・希望者 内 容：4月 新任者向け法制度等説明会 7月 救急専門医による座学 被害状況・暑熱環境等に関する座学</p>	<p>ウェビナー開催 申込制(個人)</p>	<p>4月 7月</p>
<p>eラーニング</p>	<p>R7年度に向けた新規コンテンツ制作中</p>	<p>LMS配信 申込制(個人)</p>	<p>4月～</p>
<p><準備中> 試行実施研修</p>	<p>熱中症特別警戒情報が発表されることを想定した 机上訓練</p>	<p>【申込制】 アラート回数上位自治体</p>	<p>応相談</p>

※研修検討会での検討により研修内容を決定。※予算措置状況により、予告なく変更されることがあります。

環境再生保全機構の取組(令和7年度研修 モデル事業)

(1) 応募受付期間

令和7年1月24日(金)～令和7年2月21日(金)[必着]

(2) 公募スケジュール

令和7年1月24日(金) 募集開始

令和7年2月21日(金) 募集締切り(午後5時まで)

令和7年3月上旬 採択(予定)

令和7年4月～ 事業の開始(予定)

詳しくはERCAホームページをご覧ください。

「令和7年度地方公共団体における効果的な熱中症対策の推進に係るモデル事業の公募について」
<https://www.erca.go.jp/heatstroke/about/model.html>



提出及び問合せ先
独立行政法人環境再生保全機構
熱中症対策部 地域熱中症対策課
担当：佐古、橋本、谷
メール：heat@erca.go.jp
電話：044-520-9584

ご清聴ありがとうございました



熱中症警戒アラートをチェック!



見守り・声かけ!



適切にエアコンを使おう!



こまめに水分・塩分を補給!