

WBGT※3. 基準値に基づく休憩の確保

WBGT(暑さ指数)は、人体と外気との熱のやり取り(熱収支)に着目し、気温、湿度、日射・輻射、風の要素を基に算出する指標です。熱中症の発生と気象条件(温度・湿度・風・日射・輻射など)の間には密接な関係があるため、WBGT 値に応じて適切な行動をとることが予防には重要。暑熱順化していない作業者は、順化している作業者に比べて低い WBGT 値でも熱中症リスクが高まる為、作業中断や休憩時間を長めに設定などの対策が求められます。

暑さへの“なれ”を考慮した新しい研究

国立環境研究所の研究チームは「経験相対気温」と呼ばれる気候指標を用いて、暑さへの「なれ(馴化)」を考慮することにより、熱中症リスクの予測精度が向上することを明らかにしました。「経験相対気温」とは、日平均気温から容易に算出できる気候指標であり、地域に於ける熱中症リスク評価での活用が期待されます。

各自治体における普及啓発の取り組み

暑さの状況は地域によって異なります。そのため 地域の暑さの特性を踏まえた熱中症予防の呼びかけや暑さ対策を行う必要性があります。猛暑への備えとして、明石市では 市内に 145 カ所の暑さをしのげる『ひと涼み スポット』が設置されています。充分に活用して貰いたいです。

※3. WBGT (暑さ指数) : 熱中症を予防することを目的として使用される指標。湿度、日射・輻射熱(赤外線で伝わる熱)など周囲の熱環境、気温の3つを取り入れた数値。

夏が来る 猛暑の予定して 待てと
返納に さあ 足腰を 鍛えよう
注意した 先に自分が 蹴躓く

令和8年 小 満

インフォメーション

むつみ荘 行事予定

2日(木)	音楽療法	<入所>
5日(日)	お誕生日会	<入所>
9日(木)~10日(金)	流しそうめん	<通所>
16日(木)	音楽療法	<入所>
22日(水)	ビデオ鑑賞会	<入所>
27日(月)	ボランティア:A.A.コンサート	<入所>
28日(火)	音楽療法	<通所>
20日(月)~25日(土)	誕生日週間	<通所>



こころ 行事予定

2日(木)	音楽療法
10日(金)	流しそうめん
15日(水)	おやつクッキング
16日(木)	音楽療法
17日(金)	おやつクッキング
27日(月)	おやつクッキング