

熱中症にご注意

気象庁では、熱中症の注意喚起のため、高温注意情報を発表しています。
全国の都道府県で、毎年4月第四水曜日から10月第四水曜日を対象とした期間。

高温注意情報の発表基準

高温注意情報は、沖縄地方では、最高気温が33℃以上になると予想した場合に発表し、熱中症への注意を呼びかけます。

情報を活用して、
熱中症にならないように対策しないと・・・!

熱中症への注意喚起は3段階です!

まず、「高温に関する異常天候早期警戒情報」の本文中で熱中症に対する注意を呼びかけます。数日前の段階で、高温を予想した場合には、「高温に関する気象情報」を発表します。そして、「高温注意情報」による注意喚起です。



高温注意情報の見方 (高温注意情報の発表例)

宮古島地方高温注意情報 第1号 平成28年6月〇〇日XX時XX分 宮古島地方気象台発表	高温注意情報の発表時刻と発表官署
宮古島地方では、〇〇日の日中は気温が33度以上となるところがあるでしょう。熱中症など健康管理に注意してください。	見出しで、大まかな内容を記述
予想最高気温 (前日の最高気温) 宮古島 33度 (30.2度)	主な地点の予想最高気温と、前日の最高気温について記述
熱中症の危険が特になくなります。 特に、外出時や屋外での作業時、高齢者、乳幼児、体調のすぐれない方がおられるご家庭などにおいては、水分をこまめに補給し多量に汗をかいた場合は塩分も補給する、カーテンで日射を遮る、冷房を適切に利用し室温に留意するなど、熱中症に対して十分な対策をとってください。	熱中症への対策を記述

発表する情報	発表時期	対象期間	備考 (発表基準など)
高温注意情報	前日17時過ぎに沖縄地方(県全体)の情報を発表。 当日5時過ぎから17時頃まで宮古島地方などの情報を発表。	翌日又は当日。	沖縄地方では、最高気温が33℃(他の都道府県は35℃)以上になることが予想される場合。
高温に関する気象情報	数日前。	向こう一週間以内。	最高気温が33℃以上になることが予想される場合。
高温に関する異常天候早期警戒情報	原則、月曜日と木曜日	5日後から14日後	1週間の予想平均気温が、平年よりかなり高い場合。

熱中症の詳しい対策

熱中症は、湿度やスポーツ等による体調変化、水分補給の状態、健康状態等により、必ずしも気温が高い状態でも発症することがあります。環境省の熱中症情報ページに、対策が詳しく掲載されていますのでご覧ください。 <http://www.wbgt.env.go.jp/>

宮古島地方気象台

検索

宮古島地方気象台ホームページ
<http://www.jma-net.go.jp/miyako/>

お問い合わせ先: 宮古島地方気象台 Tel: 0980-72-3054 (平日のみ / 8:30~17:15)