

過去の事例

室内で熱中症になった事例

日中にエアコンのない部屋で荷物整理をしていたところ、ふらつきとめまい症状があったため救急要請した。(50代 中等症 気温27.1℃ 湿度76%)

予防のポイント

窓を開け風通しを良くしたり、エアコンや扇風機等を活用して、室内温度を調整するなど、熱気を溜めないようにしましょう。



車の中で熱中症になった事例

ショッピングモールの駐車場で施錠された車の中に置き去りにされた。(0~4歳 中等症 気温32.8℃ 湿度61%)

予防のポイント

夏場の車内の温度は短時間で高温になります。少しの間でも、こどもを車内に残さないようにしましょう。

複数の熱中症患者が発生した事例

体育祭中に複数の生徒が頭痛や嘔吐を発症した。(10代 軽症5名 気温25.2℃ 湿度43%)

予防のポイント

指導者等が積極的、計画的に休憩をさせたり体調の変化を見逃さないようにしましょう。屋外では帽子を使用しましょう。



参考文献：熱中症 環境保健マニュアル～総論～（2025年7月版）（環境省）より



救急車の適時・適切な利用にご協力ください

インターネットで判断
救急受診ガイド
で判断!



電話で相談

#7119

＝ 緊急時はためらわず119へ ＝

問合せ先

東京消防庁 防災部 防災安全課 電話番号 03-3212-2111 内線4196

令和8年6月発行

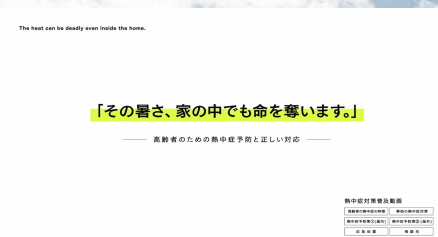
STOP!

熱中症を防ごう!

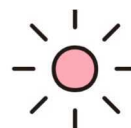
熱中症への知識を深めて、自分や
周りの人たちを守りましょう。



熱中症対策動画
YouTube東京消防庁公式チャンネル



熱中症



熱中症による救急搬送が年々増加しています。

令和7年は、**過去最多の9,125人**でした。



熱中症に注意
東京消防庁ホームページ

東京消防庁

年代別及び月別救急搬送人員

年代区分別の救急搬送人員

年代別では、80歳代が**2,065人**と最も多く、次いで70歳代が1,635人となっています。

人口10万人あたりの救急搬送人員では、70歳代から増加し、**90歳代が最多**の結果となりました。



月別の救急搬送人員

令和7年8月は過去5年間の8月の中で最も多く、**3,304人**が救急搬送され、9月に関しては**過去最多の844人**が搬送されました。

熱中症を防ぐ対策とポイント

こまめに水分補給・塩分補給を行う

- ☀ のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう。特に高齢者は注意しましょう。
- ☀ 就寝前、起床時、入浴前後にも水分を補給しましょう。
- ☀ 汗をかいた時は、塩分も補給しましょう。



高温・多湿・直射日光を避ける

【屋外】

- ☀ 帽子や日傘を活用しましょう。
- ☀ 日影を選んで歩きましょう。
- ☀ こまめに休憩しましょう。



【屋内】

- ☀ 適切にエアコンを使用しましょう。
- ☀ カーテン等で直射日光を遮りましょう。



いざという時に！覚えておこう！



熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら…。
落ち着いて、状況を確認めて対処しましょう。
最初の処置が肝心です。

