

屋内でも熱中症のリスク！  
**熱中症による救急統計について**

近年、郡山地方広域消防組合管内の熱中症による救急搬送人員は増加傾向にあり、2025年においては統計開始後\*2番目に多い305名が救急搬送されています。

熱中症は気温や湿度のほか、発生場所の環境的要因が影響することから、今後の注意喚起の資料とするため、過去5年間の気象データや年齢層別の重症化率をまとめましたのでお知らせします。

※集計期間：2021年～2025年の4月1日から9月30日の期間

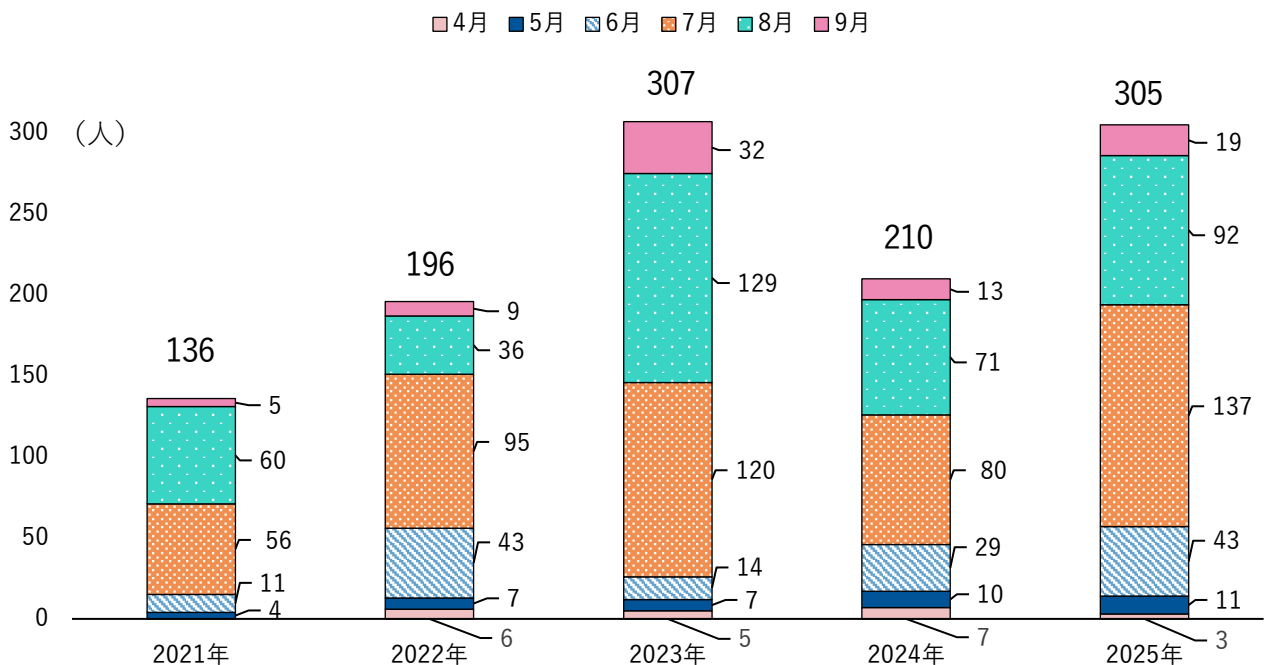
※気象データは、気象庁の気象データを使用

※小数点を含むものは、小数点第二位を四捨五入した数値で表記

■ 年別の救急搬送人員

本組合管内では2021年から2025年の5年間で熱中症（熱中症疑いを含む）により1,154人を救急搬送しています。（4月から9月で集計）

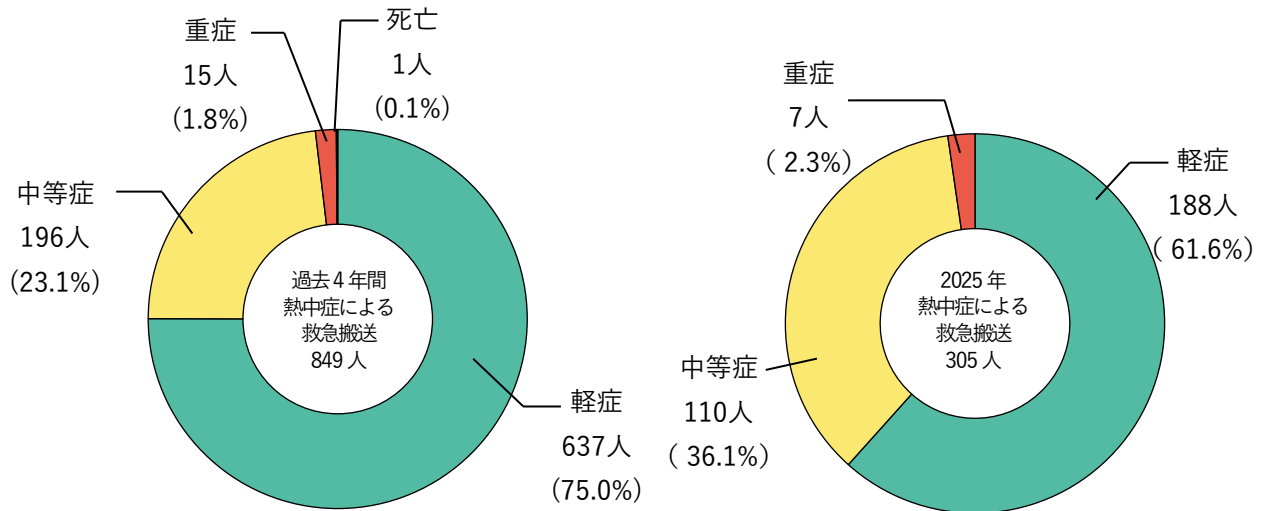
2025年の熱中症による救急搬送人員は305人で、2023年の307人に次ぐ数値となりました。2025年は6月が43人（14.1%）、7月が137人（44.9%）と過去5年間で最も多くなりました。（6月は2022年と同数）



## ■ 傷病程度別搬送人員比較

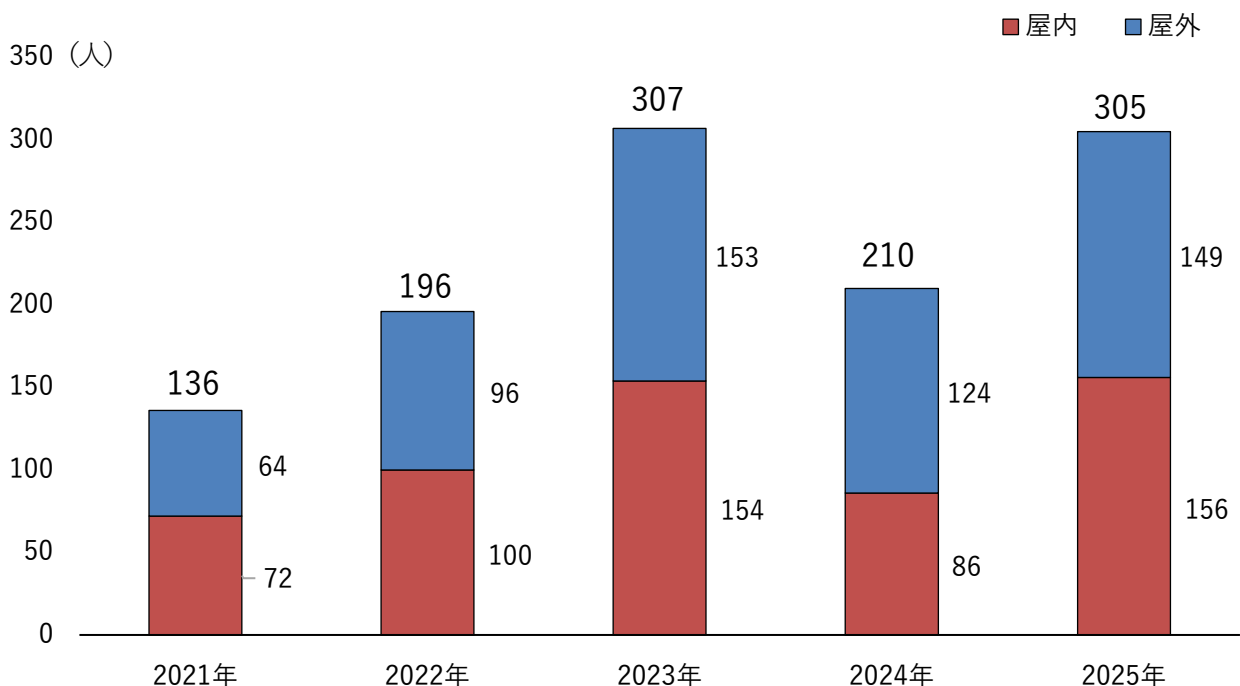
2021年から2024年まで（以下過去4年間）の熱中症により救急搬送された傷病程度と2025年の熱中症により救急搬送された傷病程度別を比較すると、過去4年間中等症以上の割合\*が212人（24.9%）に対し、2025年は中等症以上の割合が117人（38.4%）と重症度が高いことが分かります。

\*中等症以上：中等症・重症・死亡の合計数



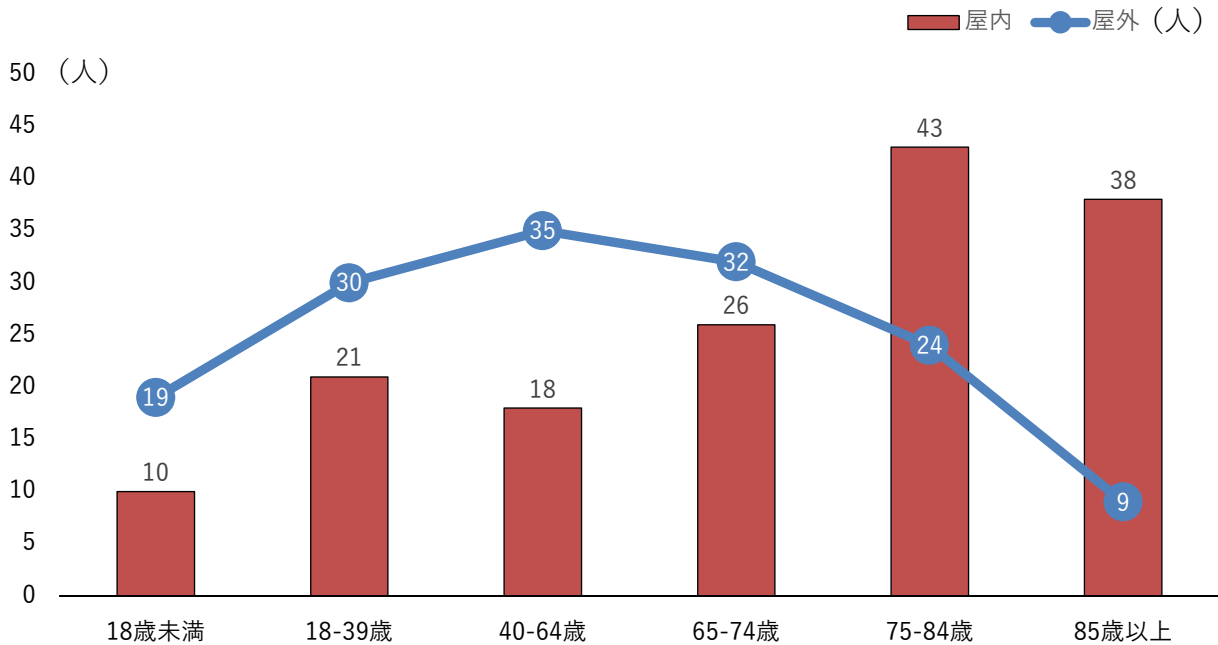
## ■ 発生場所別搬送人員

熱中症の救急搬送事案が発生した場所を屋内・屋外でみると2025年は屋内が156人（51.1%）と過去5年間で最も多いことが分かります。



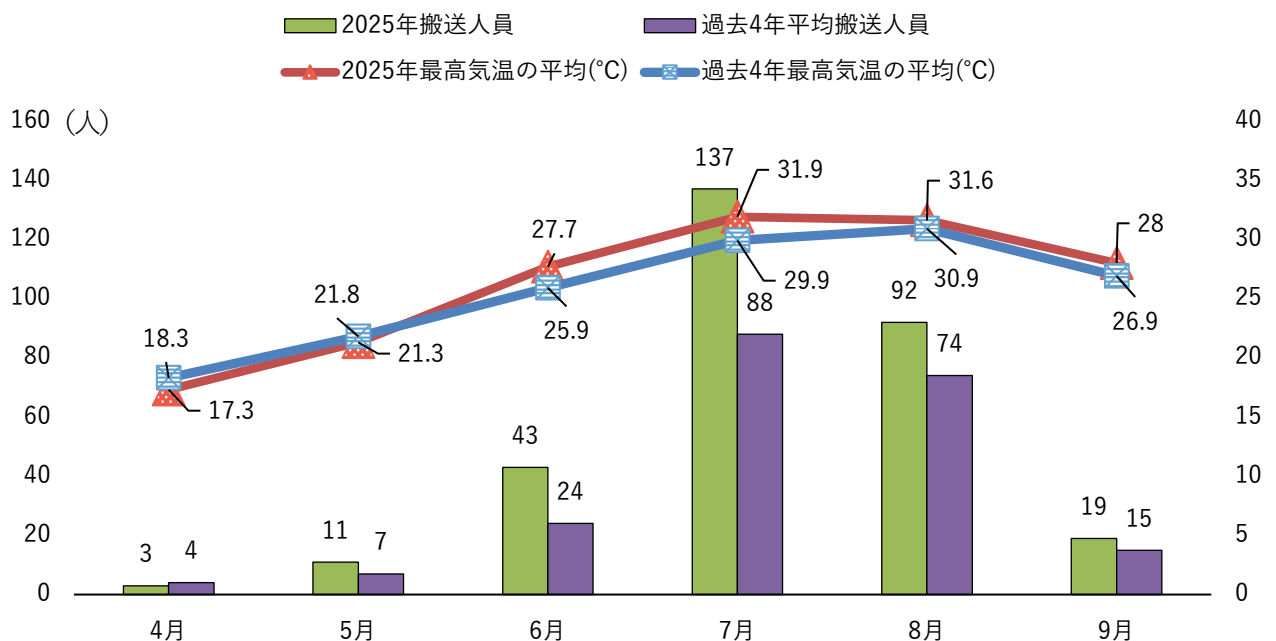
### ■ 発生場所別年齢区分別救急搬送人員

2025年熱中症による救急搬送者を屋内・屋外で年齢区別にみると75歳から84歳で67人が救急搬送されており、うち43人(64.2%)が屋内で発生しています。85歳以上では47人が救急搬送されており、38人(80.9%)が屋内で発生しています。



### ■ 月別平均気温と搬送人員

2025年の月別最高気温の平均と過去4年の最高気温の平均及び同年の搬送人員についてみると2025年の6月から気温が高くなっています。搬送人員については、2025年の搬送人員は5月から9月にかけて過去4年間の平均搬送人員を上回っていることが分かります。



## 《熱中症の予防と対策》

### ■暑熱順化（暑さにカラダを慣らす）

カラダが暑さに慣れることを暑熱順化といいます。毎日、汗をかく運動など継続することで暑熱順化が進んでいき、数日から2週間程度で暑さに対応できる体質へと変化すると言われています。そのため、ウォーキングなどそれぞれの生活習慣や環境に応じて運動を継続することで暑熱順化が進み、熱中症のリスクを下げるすることができます。

### ■水分補給は計画的にこまめに

のどが渴いたと感じた時点で、すでに熱中症が進行している可能性があります。特に高齢者はのどの渴きを感じにくいいため、のどが渴く前に水分補給をすることが必要です。農作業や運動中はつい夢中になり水分補給がおろそかになりがちです。計画的に水分補給の時間を設けるなどして、こまめに水分補給しましょう。

水分補給は“水”だけではなく、“塩分”も必要なことから、効率的に吸収しやすいスポーツドリンクや経口補水液も効果的です。基礎疾患がある方の経口補水液による水分補給は、あらかじめ掛かりつけの医師に相談しましょう。

小さな子どもの場合は、自ら体調の変化に気づけない場合があるので、周りの大人が気を配り、適切な休息とこまめな水分補給を促すようお願いします。

### ■ 高温・多湿・直射日光を避ける

熱中症は環境要因によって発症するケースが多いため、当日や翌日の天気予報、環境省が発信する熱中症警戒アラート等の情報を確認し、熱中症リスクを把握したうえで行動しましょう。熱中症警戒アラートが発表されなくても、前日との気温差が大きい日は注意しましょう。

日中と夜間の寒暖差がある場合は、服装で体温調節ができるよう工夫し、屋外では強い日差しを避け、外出時は帽子や日傘を有効に活用しましょう。屋内では風通しを良くし、必要に応じてエアコンや扇風機を活用して高温・多湿な環境に長時間さらされないようにしましょう。高齢者は暑さに対する感覚が衰えている場合があるので、家族など周囲の人の声掛けや気配りをお願いします。