



平成22年7月9日

## 熱中症にご注意！

～熱中症の多発するシーズンです～

東京消防庁管内（東京都のうち東久留米市※、稲城市、島しょ地区を除く地域）では、平成21年7月1日から8月31日までの2カ月間で、熱中症により626人が医療機関に救急搬送されました。

熱中症は、梅雨の合間に突然気温が上昇した日や、梅雨明けの蒸し暑い日など、身体が暑さに慣れていない時に発症しやすくなります。間もなく熱中症が多発する時季になることから、当庁では予防の徹底を呼びかけています。

※東久留米市については、平成22年4月1日から東京消防庁管内となりました。

- 7月中旬から下旬にかけ、傷病者数の増加がみられます。
- 住宅等において、最も多く発生しています（184件、29.4%）
- 「中等症」以上が全体の傷病者数の40%を超えています。  
特に80歳代以降は、「中等症」以上が60%を超えています。
- 時間帯では、12時から17時台に傷病者数が多くなっています。
- 高体温、発汗の停止、意識がもうろうとしている等の症状がある場合は、早期の医療機関の受診が必要です。

**病院へ行った方がいいのか、又は、救急車を呼んだ方がいいのか、判断に迷った場合には「東京消防庁救急相談センター（#7119）」へご相談下さい。**

詳細は、別紙資料をご覧ください。

東京消防庁では、熱中症の発生状況を注視し、注意を促すなど、都民の安全確保に努めてまいります。

問い合わせ先

東京消防庁（代） 電話 3212 - 2111  
生活安全課生活安全係 内線 4206  
広報課報道係 内線 2345～2349

## 平成21年中の熱中症の発生状況について

### 1 熱中症の発生状況（平成21年7月1日から8月31日まで）

#### （1）旬別発生状況

旬別に傷病者の発生状況を見ると、7月中旬以降に傷病者数の増加がみられ、7月下旬にかけて、多く発生しています。

表1 旬別初診時程度別の人数（単位：人）

	軽症	中等症	重症	重篤	合 計
7月上旬	19	11	2	2	34 (5.4%)
7月中旬	84	71	8	0	163 (26.0%)
7月下旬	99	56	3	4	162 (25.9%)
8月上旬	61	30	3	0	94 (15.0%)
8月中旬	55	38	4	1	98 (15.7%)
8月下旬	39	32	3	1	75 (12.0%)
合 計	357	238	23	8	626 (100%)

（凡例） 上旬：1日～10日  
 中旬：11日～20日  
 下旬：21日～月末

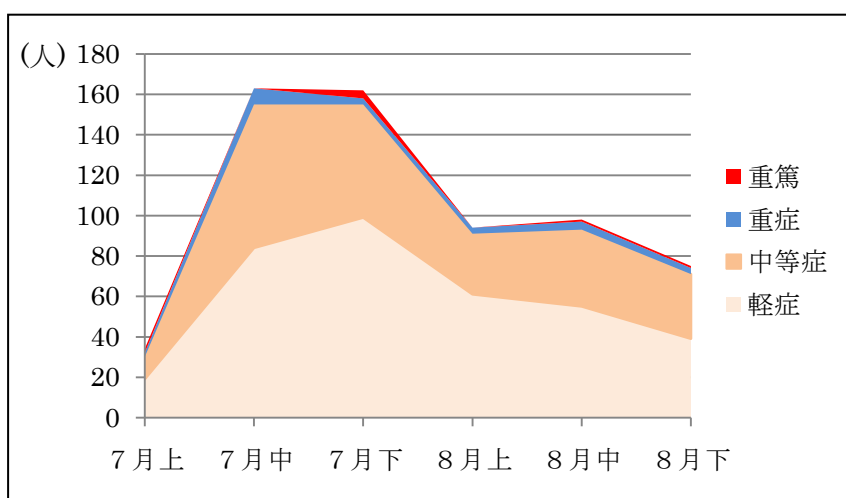


図1 旬別初診時程度別の人数分布

(2) 場所別発生状況

場所別に見ると、70歳代以上では、住宅等において、最も多く傷病者が発生しています。5歳以下では、駐車場等で車両内に閉じ込められて発症した事例が半数を占めています。10歳代では、運動施設において、最も多く発症しています。

表2 年齢区分別場所別の人数(単位:人)

	住宅等	道路・車両・交通施設	運動施設	建築・工事現場	学校・育児児童施設	公園・遊園地等	その他	合計
5歳以下	2	4	0	0	1	1	0	8
6~9歳	2	2	5	0	2	0	4	15
10歳代	9	7	41	2	22	3	6	90
20歳代	11	11	18	10	5	0	29	84
30歳代	12	13	3	10	3	2	17	60
40歳代	17	22	2	9	5	2	14	71
50歳代	18	17	4	4	0	2	17	62
60歳代	25	24	1	7	1	2	10	70
70歳代	42	30	1	0	0	5	8	86
80歳代	37	24	1	0	0	0	7	69
90歳以上	9	1	0	0	0	0	1	11
合計	184 (29.4%)	155 (24.8%)	76 (12.1%)	42 (6.7%)	39 (6.2%)	17 (2.7%)	113 (18.1%)	626

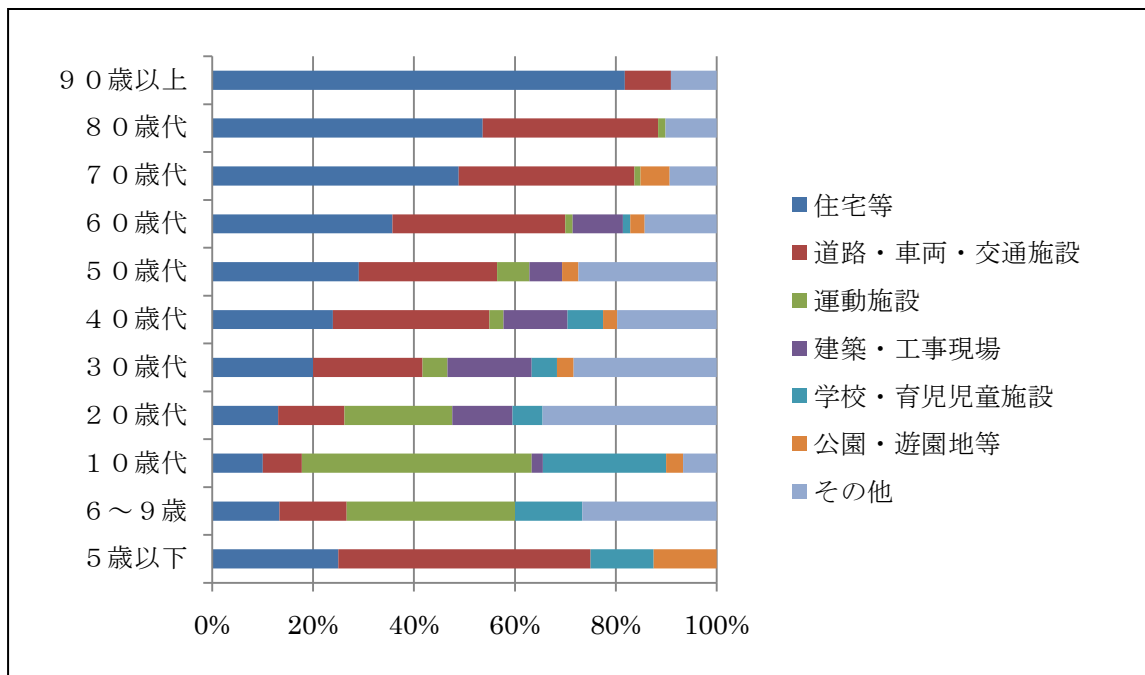


図2 年齢区分別場所別の人数分布

(3) 初診時程度別発生状況

初診時程度別では、「中等症」以上が全体の傷病者数の40%を超えています。特に80歳代以降は、「中等症」以上が60%を超えています。

表3 年齢区分別初診時程度別の人数（単位：人）

	軽症	中等症	重症	重篤	合計	中等症以上の 発症率
5歳以下	6	1	0	0	7	1 (14.3%)
6～9歳	16	0	0	0	16	0 (0%)
10歳代	64	24	2	0	90	26 (28.9%)
20歳代	50	31	2	1	84	34 (40.5%)
30歳代	43	14	0	3	60	17 (28.3%)
40歳代	47	22	2	0	71	24 (33.8%)
50歳代	29	26	6	1	62	33 (53.2%)
60歳代	32	34	3	1	70	38 (54.3%)
70歳代	42	37	5	2	86	44 (51.2%)
80歳代	26	40	3	0	69	43 (62.3%)
90歳以上	2	9	0	0	11	9 (81.8%)
合計	357 (57.0%)	238 (38.0%)	23 (3.7%)	8 (1.3%)	626 (100%)	269 (43.0%)

- (凡例)・重 篤 : 生命の危機が切迫しているもの  
 ・重 症 : 生命に危険があるもの  
 ・中等症 : 生命の危険はないが、入院の必要があるもの  
 ・軽 症 : 入院の必要がないもの

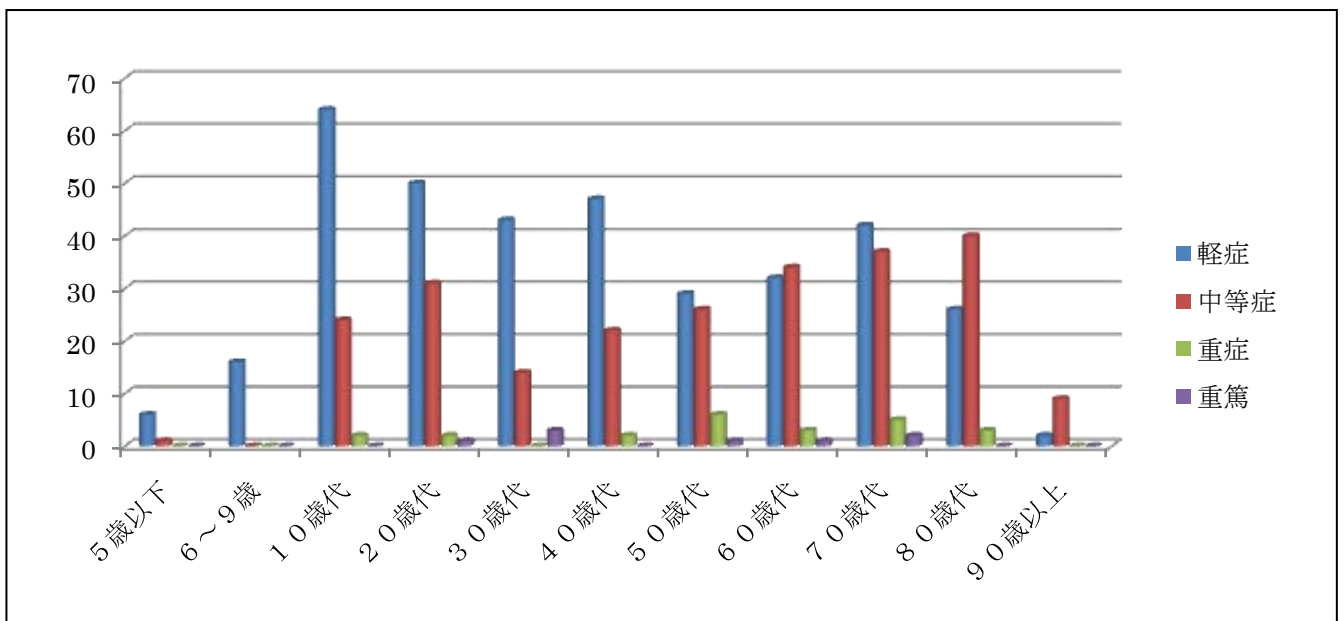


図3 年齢区分別初診時程度別の人数分布

(4) 時間帯別発生状況

時間帯別では、12時から17時台で傷病者数が多くなっています。

表4 年齢区分別時間帯別の人数(単位:人)

	0～ 5時台	6～ 8時台	9～ 11時台	12～ 14時台	15～ 17時台	18～ 20時台	21～ 23時台	合計
5歳以下	0	0	2	1	3	0	1	7
6～9歳	1	0	4	6	3	2	0	16
10歳代	2	0	13	37	28	9	1	90
20歳代	2	1	10	17	27	18	9	84
30歳代	3	1	7	14	15	13	7	60
40歳代	1	2	14	12	21	16	5	71
50歳代	2	2	7	18	22	3	8	62
60歳代	2	3	7	21	25	11	1	70
70歳代	1	0	19	29	25	8	4	86
80歳代	1	3	13	27	14	9	2	69
90歳以上	0	0	3	3	3	2	0	11
合計	15 (2.4%)	12 (1.9%)	99 (15.8%)	185 (29.6%)	186 (29.7%)	91 (14.5%)	38 (6.1%)	626 (100%)

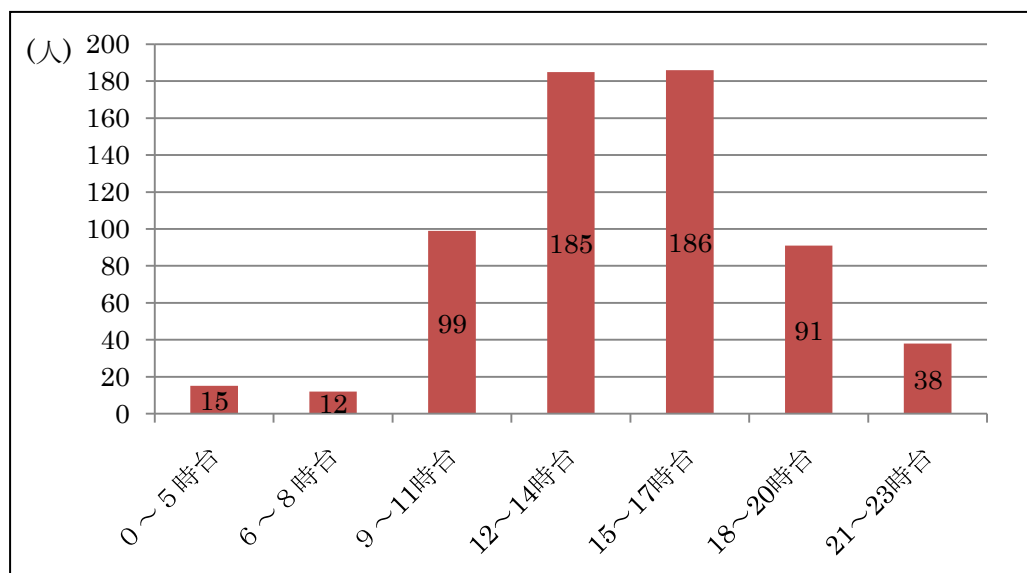


図4 時間帯別の人数分布

## 2 主な事例

事例概要	
1	4か月男児の母親が、15時頃、デパート屋上駐車場で、乗用車の後部座席に息子を座らせてドアを閉めたところ、鍵を運転席に置いたまますべてのドアがロックされてしまい、男児が中に閉じ込められたため、駐車場の管理者に依頼し救急要請した。(中等症)
2	10歳代男性が、朝から野球の練習をしていたところ、12時30分頃になって手足がつっぱり出し、嘔気が出てきたため救急要請した。(中等症)
3	20歳代男性が、10時頃から15時頃まで海水浴をして帰宅する際に、嘔気がし、その後の食事中に悪寒、頭痛がしてきた。食事後、電車内で眩暈がし、息苦しくなってきたため、電車を降りて駅員に救急要請を依頼した。(中等症)
4	30歳代男性が、17時頃、建築現場で基礎工事のため地面を約3m掘り下げ、その中での作業中に卒倒した。(重篤)
5	40歳代女性が、15時頃自宅に帰宅し、暑い部屋の中で片づけをしていたところ、気持ちが悪くなり、体中が熱い感じがしたため救急要請した。(軽症)
6	50歳代男性が、自宅で夕食を食べ、就寝しようとしたところ、23時頃から両足が痛み、引きつる感じがしたため、救急要請した。(軽症)
7	60歳代男性が、河川敷で草刈をし、17時頃帰宅しようとしたところ、倒れて痙攣を起こしたため、同僚が救急要請した。(重篤)
8	80歳代女性が、10時30分頃、自宅の窓を閉め切った暑い部屋で、ベッドでうつぶせになり動けなくなっているのを家族が発見し救急要請した。(中等症)

## 3 熱中症を予防するために

- (1) 外出時の服装は、なるべく襟元をゆるめ、吸湿性や通気性のよい素材のものにしましょう。また、帽子や日傘等で、直射日光を避けましょう。
- (2) 室内は、風通しをよくして、高温多湿にならないようにしましょう。
- (3) こまめに水分補給をしましょう。特に高齢者は、のどの渇きを感じにくいいため、早めの水分補給を心がける必要があります。
- (4) 特に気温が急上昇した日や梅雨明けの蒸し暑い日に注意し、暑さには徐々に慣れるようにしましょう。
- (5) 炎天下の車内等は、急激に温度が上昇するため、子どもだけを残さないようにしましょう。
- (6) スポーツを行う場合には、指導者やリーダーが熱中症を理解し、予防の配慮をすることが必要です。
- (7) 暑さの中で少しでも体調不良を感じたら、無理をしないようにしましょう。

## 4 熱中症が疑われたら

### (1) 応急手当の方法

- ア 風通しの良い日陰や、冷房の効いている場所に移動しましょう。
- イ 衣服をゆるめてからだを楽にしましょう。
- ウ 冷たい水で冷やしたタオルを脇の下や足の付け根におき、体を冷やしましょう。
- エ 自分で飲めるようなら、スポーツドリンクや薄い食塩水（500ml に1gの割合）を飲ませましょう。ただし、意識障害などがあり、自力で飲めそうもない場合は無理に水分補給する必要はありません。

### (2) 医療機関での受診等

次のような症状を感じた場合は、熱中症を疑い、体を冷やし医療機関で受診するようにしてください。

- めまい、失神
- 筋肉痛、筋肉の硬直
- 大量の発汗又は発汗の停止
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感
- 意識障害、痙攣、手足の運動障害
- 高体温

※ 特に、高体温、発汗の停止、意識がもうろうとしている場合は、早期の医療機関の受診が必要です。救急車を呼んだ方がいいか判断に迷った場合には、**東京消防庁救急相談センター**へご相談ください。

東京消防庁 **#7119** (携帯電話・PHS  
プッシュ回線)  
**救急相談センター**

**24時間年中無休**

救急相談・医療機関案内

その他の電話やつながらない場合は  
**03-3212-2323(23区)**  
**042-521-2323(多摩地区)**

急な病気やケガをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのかな?」「今すぐ病院に行った方がいいのかな?」など迷った際の相談窓口として、「東京消防庁救急相談センター」を開設しています。