

時間を追って段階的に発表する 熱中症対策向けの気象情報

気温の予想

2週間前～
5日間平均気温が
その時期として
顕著に高くなると
予想

1週間前～
向こう一週間で
最高気温が概ね
35度以上と
なることを予想

前日
翌日の最高気温が
概ね35度以上と予想
(地方※1ごとに発表)

当日
当日の最高気温が
概ね35度以上と予想
(府県※2ごとに発表)

(注)一部の地域では
基準が異なる

※1 北海道、沖縄県、または都府県をまとめた地方。
※2 都府県、または北海道と沖縄県は細分した地域。

気象庁の情報

高温に関する
早期天候情報

高温に関する
気象情報

地方高温注意情報

府県高温注意情報

あわせてご確認ください

気温の詳しい分布情報

◆ **最高・最低気温分布予想図**
翌日又は当日の最高・最低気温の分布の
予想です。

◆ **推計気象分布**

全国の気温等の分布を約1km四方で算出し、
表示します。



▲最高・最低気温分布予想図



熱中症に注意
熱中症ポータルサイト



高温が予想された場合

熱中症の危険が特に高くなります。

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、熱中症に対して充分な対策をとってください。



! 天気予報等で発表される「気温」は、日陰で風通しの良い場所の空気の温度です。気温35度のときでも、日向の路面温度は約60度になることもあります。人が感じる温度は場所によって大きく異なります。

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はなくて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、ぜひご覧ください。

環境省「熱中症予防情報サイト」

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

気象庁 〒100-8122 東京都千代田区大手町1-3-4
電話：03-3212-8341(代表)
FAX：03-6689-2917(耳の不自由な方向け)
気象庁ホームページ <http://www.jma.go.jp/>



令和元年6月

熱中症に注意



高温注意情報



高温注意情報

翌日または当日に高温が予想される場合に、熱中症が発生しやすい気象状況になることを伝え、熱中症への注意を呼びかける気象情報です。気象庁ホームページでの表示例を以下に示します。

地方高温注意情報 前日17時発表

翌日の最高気温が概ね35度※1以上になることが予想される場合に、地方※2単位で熱中症への注意を呼びかけます。



(地方※2単位で発表する高温注意情報の例)

◎◎地方高温注意情報 第1号
平成××年8月16日17時10分 ○○管区気象台発表

◎◎地方では、17日の日中は気温が35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。

予想最高気温	36度	××	37度	□□□	35度
◎◎	35度	◇◇	28度		

熱中症の危険が特に高くなります。
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、熱中症に対して充分な対策をとってください。

- 1 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
- 2 予想最高気温が30度以上になる時間帯を記述
- 3 熱中症に関する呼びかけ

※1 一部の地域では35度以外を用いることもあります。
※2 北海道、沖縄県、または都府県をまとめた地方。
※3 都府県、または北海道と沖縄県は補完した地域。

府県高温注意情報 当日5時、11時発表

(観測状況に応じて随時発表)

当日の最高気温が概ね35度※1以上になることが予想される場合に、府県※3単位で熱中症への注意を呼びかけます。



(府県※3単位で発表する高温注意情報の例)

◎◎県高温注意情報 第1号
平成××年8月16日05時10分 ○○地方気象台発表

◎◎県では、16日の日中は気温が35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。

予想最高気温 (前日の最高気温)	35度	(32, 3度)
◎◎	30度	(30, 2度)
××	29度	(29, 9度)
□□□	29度	(28, 8度)
△△△	33度	(31, 1度)

◎◎で30度以上の時間帯は、12時頃から14時頃まで。
◇◇で30度以上の時間帯は、12時頃から14時頃まで。

熱中症の危険が特に高くなります。
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、熱中症に対して充分な対策をとってください。

- 1 予想最高気温 (前日の最高気温)
- 2 ◎◎で30度以上の時間帯は、12時頃から14時頃まで。
- 3 熱中症の危険が特に高くなります。

気温の予想グラフ

前日の実況と当日の気温予想をグラフで表示します。グラフは、5時・11時・17時の天気予報の後、毎日掲載します。

