事　務　連　絡
令和８年８月４日

〔福岡県・佐賀県・長崎県・熊本県・鹿児島県〕
熱中症予防対策担当部局　御中
廃棄物主管部（局）　御中

環境省大臣官房環境保健部企画課熱中症対策室
環境省環境再生・資源循環局災害廃棄物対策室
内閣府（防災担当）普及・防災教育・NPO ボランティア連携担当室

災害ボランティアの熱中症対策について（再周知依頼）

令和８年熊本地震により被災されておられる皆様に対し、心からお見舞い申し上げます。

令和８年７月 28 日付け事務連絡「被災住民等の熱中症対策について（周知依頼）」において、被災住民、ボランティア等の方々への熱中症対策の徹底についてお願いしたところです。その後も厳しい暑さが続いており、特に災害ボランティアについては、屋外での活動や復旧作業等に従事する機会が多く、熱中症のリスクが高いことから、改めて十分な対策を講じていただくことが重要です。

災害ボランティア活動に当たっては、

・活動先の暑さ指数（WBGT）を事前に確認すること
・可能な限り暑い時間帯での活動を避けること
・活動中は、のどの渇きの有無にかかわらず、こまめに水分・塩分を補給すること

などの熱中症予防行動が重要です。

ついては、先般送付した「熱中症環境保健マニュアル 2022」や別紙リーフレットも活用しつつ、ボランティア参加者への熱中症予防の周知を改めてお願いします。

【参考１】「熱中症環境保健マニュアル 2022」
【参考２】熱中症予防に関するウェブサイト
【別　紙】リーフレット：災害時の熱中症対策
【別　紙】リーフレット：エアコンが使用できないときの熱中症対策
【別　紙】リーフレット：災害ごみのボランティア活動にご協力くださる皆様へ

【参考１】「熱中症環境保健マニュアル 2022」（環境省）

「Ⅲ 熱中症を防ぐためには　６．自然災害時の注意事項」や、「Ⅱ　熱中症になったときには　図 2-7　熱中症を疑ったときには何をすべきか（P26）」等を御活用ください。

https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/manual/heatillness_manual_3-6.pdf

【参考２】熱中症予防に関するウェブサイト

環境省のウェブサイト「環境省熱中症予防情報サイト」では、熱中症に関する各種のマニュアル、手引き、ポスターやリーフレットなどの普及啓発資料や、熱中症のかかりやすさを示す「暑さ指数（WBGT)」を公表しています。

「環境省熱中症予防情報サイト」（https://www.wbgt.env.go.jp/　）検 索｜環境省 熱中症

スマートフォン用 QR コード
https://www.wbgt.env.go.jp/sp/

「暑さ指数（WBGT)」のページ
https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php

《本件照会先》
（熱中症に関すること）
環境省 大臣官房環境保健部企画課熱中症対策室
担当者名　小笠原、松井、宮下、富澤
ＴＥＬ　03-6206-1732
e-mail　netsu@env.go.jp
（災害ごみに関すること）
環境省環境再生・資源循環局 災害廃棄物対策室
担当者名　田中、野口
ＴＥＬ　03-5521-8358（直通）
e-mail　hairi-saigai@env.go.jp
（夜間･休日等での緊急 TEL 080-2192-1160、080-2192-1054）

災害時の熱中症予防

〜避難生活・片付け作業時の注意点〜

内閣府
消防庁
厚生労働省
環境省

熱中症は、死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適切な予防・対処を行えば、防ぐことができます。災害時には、慣れない環境や作業で熱中症のリスクは高くなりますので、お互いに声をかけながら、十分に注意しましょう。

1. 熱中症を予防するためには…

① **暑さを避けましょう**

涼しい服装、日傘や帽子、また、在宅避難等の場合はクーラーの積極的な活用を。
停電が長引く可能性がある場合、特に高齢者、こども、障害者の方々は、
冷房設備が稼働している避難所への避難も検討しましょう。

② のどが渇いていなくても**こまめに水分・塩分をとりましょう**

③ **暑さに関する情報**を確認しましょう

身の回りの気温・湿度・暑さ指数（WBGT）(※) の確認を。
「熱中症警戒アラート」（令和3年度から全国展開）も活用を。

避難生活における注意点

◆被災や避難生活に伴う疲労・体調不良・栄養不足等により**熱中症のリスクが高くなる**可能性があります。避難生活では**普段以上に体調管理を**心掛けましょう。

◆**高齢者、こども、障害者**の方々は特に注意しましょう。

※やむを得ず**車中泊**をする場合、車両は**日陰や風通しの良い場所**に駐車しましょう。車用の**断熱シート等**も活用しましょう。また、**乳幼児等を車の中で一人にさせない**ようにしましょう。夜間等寝るときはエンジン等をつけたままにすることは避けましょう。

片付け等の作業時の注意点

◆作業**開始前には必ず体調を確認**し、体調が悪い場合は作業を行わないようにしましょう。

◆できるだけ**2人以上で作業**を行い、作業中は**お互いの体調を確認**するようにしましょう。

◆**休憩・水分・塩分の補給**は、**一定時間毎**にとるようにしましょう。また、休憩時には、日陰等の**涼しい場所**を確保しましょう。

◆**暑い時間帯**の作業は**避けましょう**。

◆**汗をかいた時は水分・塩分の補給も**。

※「暑さ指数（WBGT）」気温・湿度・輻射（ふくしゃ）熱からなる熱中症の危険性を示す指標。

内閣府　消防庁　厚生労働省　環境省

全国の暑さ指数（WBGT）や、熱中症予防に関する詳しい情報は…
環境省熱中症予防情報サイト：https://www.wbgt.env.go.jp/

2. 熱中症が疑われるときには…

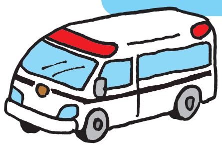
熱中症の応急処置

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、状況を確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？
（めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温）

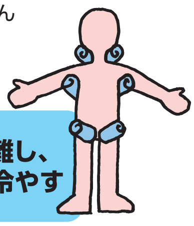
↓ はい

チェック2 呼びかけに応えますか？ → いいえ → **救急車を呼ぶ**



救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません

↓ **涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす**



氷のう等があれば、首、脇の下、足のつけ根を集中的に冷やしましょう

↓ **すみやかに医療機関へ**

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう

（チェック2）↓ はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

↓

チェック3 水分を自力で摂取できますか？ → いいえ → **すみやかに医療機関へ**

↓ はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

↓

チェック4 症状がよくなりましたか？ → いいえ → **すみやかに医療機関へ**

↓ はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう

体温を効果的に下げるための方法の例

- **上着を脱がせ、服をゆるめて**風通しを良くする。
- 皮膚に**濡らしたタオルやハンカチ**をあて、**うちわや扇風機であおぐ。**
- 服の上から少しずつ**冷やした水をかける。**
- **氷のう**や**冷えたペットボトル**などを、**首、脇の下、足のつけ根**にあてて冷やす。

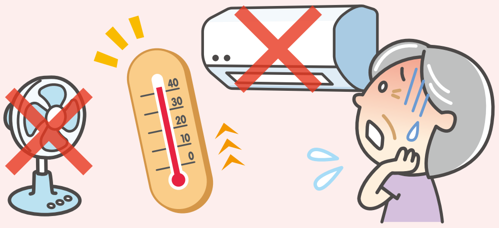
「熱中症警戒アラート(※)」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。
※熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される日に発表する情報。令和3年度から全国展開。

QRコード➡

エアコンが使用できないときの熱中症対策

エアコンが使用できないときの熱中症にご注意ください！

　故障時や停電時など、エアコンが使用できないとき、熱中症リスクが高くなるため、注意しましょう。
　熱中症による健康被害は、高齢者において多発しております。



体を冷やしましょう

- 涼しい服装に着替え、風通しをよくしましょう。
- のどが乾いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- 濡れたタオル等を肌に当て、うちわであおぐと熱が放散されます。
- 水道が使えるようなら、水浴び等で体を冷やしましょう。

涼しいところに避難しましょう

- 車内は短時間で気温が上昇しやすいため、車内への避難は可能な限り避けて、冷房設備が稼働している場所へ移動することをおすすめします。
- やむを得ず車内で過ごす場合は、たとえ短時間でも小さな子どものみを車内に残すことは大変危険であり、絶対にやめましょう。

普段から停電時などに備えましょう

停電時は断水が起こる可能性があります。

- 飲料や非常トイレ等を備蓄しましょう。
- 熱中症予防に利用できるように、浴槽やポリタンクに水を貯めておきましょう。
- 水をペットボトルに入れて凍らせておくと、もしものときに飲料にも冷却にも使えて便利です。

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare
経済産業省
Ministry of Economy, Trade and Industry
環境省
Ministry of the Environment
監修：一般社団法人 日本救急医学会
Japanese Association for Acute Medicine

「熱中症かも」と思ったら… 誰でもできる応急処置

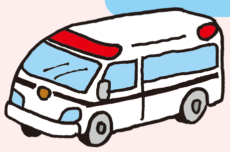
熱中症の応急処置

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、状況を確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。

チェック1 **熱中症を疑う症状がありますか?**
(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

↓ はい

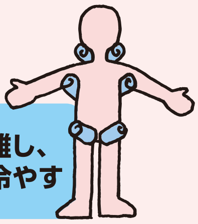
チェック2 **呼びかけに応えますか?** → いいえ → **救急車を呼ぶ**



救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません

↓

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす



氷のう等があれば、首、脇の下、足のつけ根を集中的に冷やしましょう

↓

すみやかに医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう

（チェック2で）↓ はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

↓

チェック3 **水分を自力で摂取できますか?** → いいえ → **すみやかに医療機関へ**

↓ はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

↓

チェック4 **症状がよくなりましたか?** → いいえ → **すみやかに医療機関へ**

↓ はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう

熱中症の詳しい情報については、熱中症予防情報サイトをご覧ください
環境省熱中症予防情報サイト：https://www.wbgt.env.go.jp

災害時等の熱中症対策に携わられる方へ ▶

環境省
Ministry of the Environment

～災害ごみのボランティア活動にご協力くださる皆様へ～

災害ごみの処理と安全に活動するための要点をまとめています。

まず確認したい３つのこと

1 被災された方に寄り添った活動を

被災された方は、心身ともに疲弊した状態にあります。片付けや搬出、分別の作業は大きな負担となるため、声をかけながら丁寧に支援しましょう。

2 災害ごみの分別・排出ルールを確認

地域全体で災害ごみの処理を迅速に進めるため、現地で示された分別区分、排出場所、搬出方法に沿って作業しましょう。

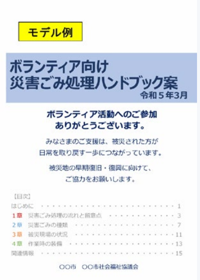
3 熱中症予防と安全確保を徹底

活動前の体調確認、こまめな休憩、水分・塩分補給を行い、無理のない範囲で作業してください。けが防止のため装備も確認しましょう。
建物の倒壊等によりアスベスト（石綿）を含む建材が露出している可能性があります。倒壊・損壊した建物付近での作業を行う場合は、防じんマスク※を正しく着用しましょう。

※ 粒子捕集効率が95%以上のもの（DS2、N95など）を使用してください。
ホームセンター等で購入できます。

参考資料・二次元コード

災害ごみ処理ハンドブック案


モデル例

ボランティア向け
災害ごみ処理ハンドブック案
令和５年3月

ボランティア活動へのご参加
ありがとうございます。

みなさまのご支援は、被災された方が
日常を取り戻す一歩につながっています。

被災地の早期復旧・復興に向けて、
ご協力をお願いします。

【目次】

はじめに ・・・ 1
1章 災害ごみ処理の流れと留意点 ・・・ 3
2章 災害ごみの種類 ・・・ 7
3章 被災現場の状況 ・・・ 11
4章 作業時の装備 ・・・ 13
関連情報 ・・・ 15

○○市 ○○市社会福祉協議会

環境省
近畿環境局

災害時の熱中症予防

厚生労働省
ほか

片付け等の作業時の注意点

活動前	作業中	休憩・終了時
体調を確認する	２人以上で声をかけ合う	一定時間ごとに休憩
暑さ指数・天候を確認	水分・塩分を補給	異変があれば作業中止
手袋・長靴等を準備	重い物は無理に持たない	手洗い・うがいを行う

※実際の作業内容・分別区分・排出場所は、現地の災害ボランティアセンター等の案内に従ってください。