

お天気解説

アキラのズバッと

暑さ指数とは？

令和5年6月16日

江戸川区気象防災アドバイザー 藤井 聡

梅雨前線が活動を弱めると、晴れ間が多くなり急に暑くなります。この時季、気温が上がると、まだ暑さに慣れていない人は、熱中症になりやすくなります。

さて、「暑さ指数」ってご存じですか？これは、乾球温度計、湿球温度計、黒球温度計を使って計算されます。ふだん気温を測るために使われる乾球温度計の液溜めにガーゼを巻いて水で湿らせて測る湿球温度計、光を吸収する黒い球の中に温度計を入れた黒球温度計を使って暑さ指数を計算します。

この指数が最高33以上に予想されると「熱中症警戒アラート」が発表されます。環境省では熱中症を自ら防げるように、暑さ指数に合わせた注意事項を下の表に定めています。生活の参考にしてください。高齢者は暑さを感じにくくなっているので、一人暮らしの高齢者には地域の見守りと、エアコンを使うよう、声をかけてあげましょう。

表：暑さ指数のレベル（環境省）

暑さ指数	注意事項
危険 (31以上)	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒 (28～31)	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25～28)	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意 (25未満)	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

2023年06月16日11時 気象庁 発表

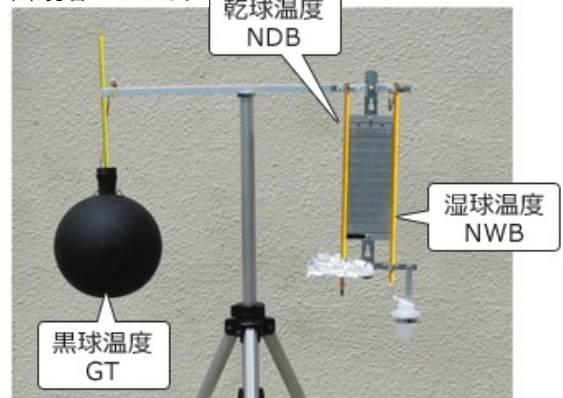
日付	今日 16日(金)	明日 17日(土)	明後日 18日(日)
東京地方	雨後曇 	晴 	晴時々曇
降水確率(%)	-/-/30/10	0/0/0/0	10
信頼度	-	-	-
東京 気温 (℃)	最高	30	30 (29～33)
	最低	-	20
			21 (19～22)

東京地方の週間天気予報より

気象庁HPから抜粋・加工

(週末は晴れて暑さが厳しくなることも)

図：乾球温度計・湿球温度計・黒球温度計
(環境省HPより)



暑さ指数(WBGT)測定装置