

お天気解説 アキラのズバツと

夜の熱中症対策を！

令和7年7月11日

江戸川区気象防災アドバイザー 藤井 聡

雨の季節が終わると、いよいよ夏の到来です。
江戸川区は、日中は東京湾からの海風が入るため、7月の最高気温は都心部に比べ幾分低いです。でも、実は夜に暑さ指数があまり下がらなくて、熱中症で搬送される人も意外といのです。
昨年8月の毎日の江戸川臨海の最低 WBGT(暑さ指数)を調べてグラフを作り、合わせて都心(北の丸)のグラフも作って比べてみました(図1)。これを見ると、江戸川臨海(青)では、最低暑さ指数は、25(警戒)を超えている日が多いです。つまり、真夜中になっても暑さ指数が「警戒」レベルのまま下がらなかったことになります。また、夜は暑さ指数が都心よりも高い日が多く、江戸川臨海の方が蒸し暑かったようです。

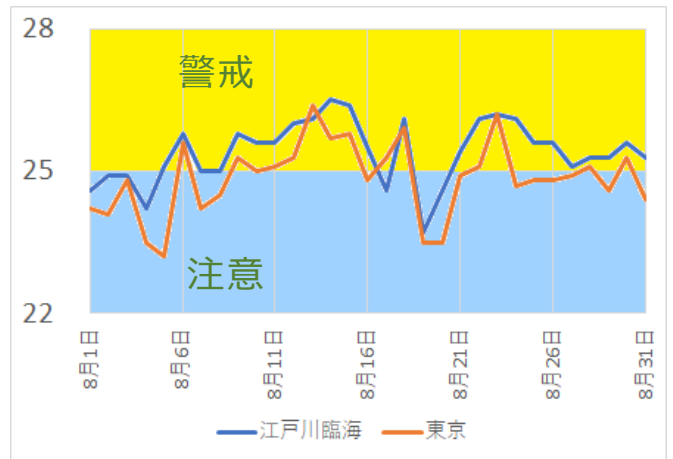


図1 昨年8月の最低 WBGT(東京、江戸川臨海)
環境省データより作成

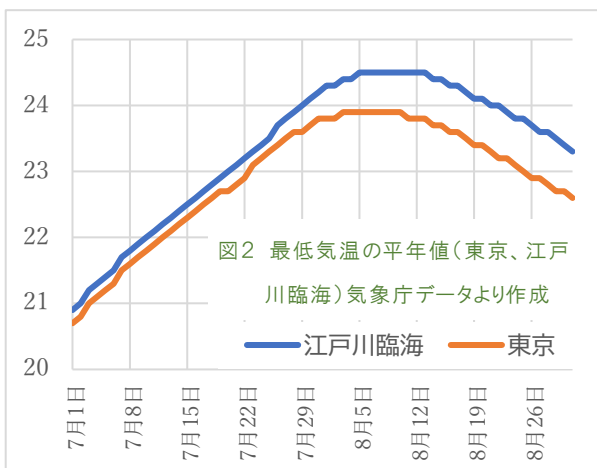


図2 最低気温の平年値(東京、江戸川臨海)気象庁データより作成

夜は山の手側のほうが沿岸部よりも冷え込みやすいため、最低気温の平年値は江戸川臨海の方が都心よりも高くなっています(図2)。したがって、真夜中の WBGT も高くなるのです。

これから先、夜の気温があまり下がらなくなり、夜に熱中症になる人が多くなります。エアコンで気温や湿度を調節したり、寝る前に水を飲んだりして、十分に注意しましょう。

2025年07月11日11時 気象庁 発表

日付		今日 11日(金)	明日 12日(土)	明後日 13日(日)
東京地方		曇 	曇 	曇時々晴
降水確率(%)		-/-/20/20	20/10/10/20	30
信頼度		-	-	-
東京 気温 (°C)	最高	26	29	33 (30~34)
	最低	-	22	24 (23~25)

東京地方の週間天気予報

(気象庁HPから抜粋)

土日は曇りか晴れの予想です(来週は雨が
多くなるようです)

クリックすると気象庁による新しい情報が見
られます。