

熱中症事故防止のため、暑熱順化、暑さ指数（WBGT）に基づく活動実施判断、水分・塩分補給や身体冷却、熱中症警戒情報への留意等、重点的に取り組むべき事項をまとめましたのでお知らせします。

8ス健ス第10号

令和8年4月28日

各都道府県スポーツ主管課長・スポーツ施設主管課長  
各指定都市スポーツ主管課長・スポーツ施設主管課長

殿

スポーツ庁健康スポーツ課長

中村 宇一

スポーツ庁地域スポーツ課長

鈴木 文孝

スポーツ庁参事官（地域振興担当）

廣田 美香

### スポーツ活動における熱中症事故の防止について（依頼）

標記については、例年、御協力をいただいているところですが、スポーツ活動中をはじめとして、依然として熱中症による被害が多く発生しています。

令和7年の夏の日本の平均気温は統計開始以降で最も高くなり、8月には国内統計史上最高気温となる41.8℃が観測されました。また、令和7年5月から9月までの熱中症による救急搬送人員は100,510人となり、調査を開始した平成20年以降で最多となりました（別紙）。

こうした中、令和7年6月には、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（公益財団法人日本スポーツ協会）が改訂され、近年、スポーツ活動中の身体冷却の有効性が認められるようになったことを踏まえ、スポーツ活動中の熱中症予防5ヶ条に身体冷却が盛り込まれました。また、令和8年1月には、スポーツ庁において、運動・スポーツに関わる組織や個人が、科学的知見に基づき、熱中症予防も含めた安全対策の評価・改善を図っていくことを支援するため、「運動・スポーツにおける安全対策の評価・改善のためのガイドライン（試行版）」（概要：別添1）をとりまとめました。さらに、令和8年度のスポーツ振興くじ助成事業（独立行政法人日本スポーツ振興センター）において、熱中症対策を目的とした施設の整備事業を助成対象とする変更が行われました。

熱中症の発生は、身体が暑さに慣れていない時期に起こりやすいことも念頭に、下記のとおり、スポーツ関係者において御留意いただきたい点を示しますので、上記のガイドブックやガイドライン等も参考にして、適切な措置を講ずるようお願いいたします。

なお、都道府県スポーツ主管課・スポーツ施設主管課におかれては、域内の市区町村スポーツ主管課・スポーツ施設主管課に対して本件を周知されるようお願いいたします。

また、必要に応じて貴自治体内において関係する他の部署へ情報を共有いただきますようお願いいたします。

### 記

#### 1. 重点として取り組むべき事項

##### （1）基本的な考え方

暑い季節においても、心身の健全な発達や健康及び体力の保持増進の観点から、適切な熱中症対策を講じながら運動・スポーツを継続して実施することは重要であり、安全を確保した上での運動・スポーツの実施のために以下の重点事項に留意しつつ、熱中症対策に万全を期すことが重要であること。

## (2) 重点事項

- ① 体が暑さに慣れていない中で急に暑い環境にさらされると熱中症になりやすいことから、暑熱ストレスが高くない時期から無理のない範囲で積極的に汗をかき、徐々に暑熱順化（体を暑さに徐々に慣らしていくこと）を行うこと。
- ② 活動の場所や種類にかかわらず、暑さ指数（WBGT）に基づいて活動実施を判断すること。特に、スポーツイベント・大会の実施に当たっては、開催地域における暑さ指数の状況等も踏まえながら、これまでと開催時期を変更する、開催時間帯をずらす、運動負荷を軽減する、健康に被害が生じるおそれがある場合は中断・中止するなど、熱中症予防に配慮した開催方法を検討すること。
- ③ スポーツ活動前や活動中、活動後に、健康をチェックし、適時・適切な水分・塩分補給を行うとともに、多様かつ効果的な身体冷却を行うこと。
- ④ 熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分・塩分の補給、身体冷却、病院への搬送を行うこと。
- ⑤ 環境省が発表する熱中症警戒情報や熱中症特別警戒情報に留意し、警戒情報発出時に運動・スポーツを実施する場合は、エアコンがある屋内、屋根付き運動場など涼しい環境を確保（屋外において実施する場合は上記②～④の対策を徹底）すること。

## 2. 取組に当たっての留意事項

- (1) 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」や「運動・スポーツにおける安全対策の評価・改善のためのガイドライン（試行版）」等を参考として、関連する部局・課とも連携し、スポーツ関係者に対して熱中症事故防止に必要な事項の理解促進を徹底するなど熱中症予防に取り組むこと。その際、運動・スポーツにおける安全対策の評価・改善のための5つのガイドラインのチラシ（別添2）や、適切な予防措置、指導者等の責任などを記載したチラシ兼ポスター「スポーツ活動における熱中症事故の防止」（別添3）も活用すること。
- (2) 環境省の熱中症予防情報サイトで提供されている熱中症の目安となる暑さ指数、熱中症への対処方法に関する知見等の情報（「熱中症警戒情報（熱中症警戒アラート）」は、本年度は4月22日から情報提供がされている）、より深刻な健康被害が発生し得る場合に備えた一段上の「熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）」（別添4）に関する情報を活用するとともに、「指定暑熱避難施設」（クーリングシェルター）（市町村長が冷房設備を有する等の要件を満たす施設（公民館、図書館、ショッピングセンター、社会体育施設等）を指定するもの）の活用を含め、適切に対応すること。
- (3) イベント主催者は、施設管理者、警察、消防（救急搬送）、地方公共団体、関係団体と連携しながらイベントを運営する必要があることから、熱中症事故の防止に関し関連する部局・課に対して周知すること。
- (4) 学校の水泳プールの開放に当たっては、「学校屋外プールにおける熱中症対策」（平成31年3月、スポーツ庁委託事業により独立行政法人日本スポーツ振興センター作成）等を参考に、地域の実情等に応じて、適切に対応すること。

### 【本件担当】

（スポーツ活動中の熱中症予防一般）  
スポーツ庁健康スポーツ課 庶務係 担当：松尾、外岡  
アドレス：[kensport@mext.go.jp](mailto:kensport@mext.go.jp) / 電話：03-5253-4111(内線2684)

（運動部活動・地域クラブ活動中の熱中症予防）  
スポーツ庁地域スポーツ課 学校運動部活動係 担当：行武  
地域スポーツクラブ活動推進係 担当：柴田  
アドレス：[tiikisport@mext.go.jp](mailto:tiikisport@mext.go.jp) / 電話：03-5253-4111(内線3953・3043)

（社会体育施設の熱中症予防）  
スポーツ庁参事官（地域振興担当）付 施設企画係 担当：勝美、小林  
アドレス：[stiiki@mext.go.jp](mailto:stiiki@mext.go.jp) / 電話：03-5253-4111（内線3773）