

本日のWBGT予報

時 間	WBGT温度 (暑さ指数)
9:00	
12:00	
15:00	
18:00	

* 本日のWBGT予報と、各作業場での測定と合わせて確認して下さい。

気温 (参考)	WBGT 温度	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	危険	WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。 作業所では30分ごとに休息をとる、又は作業を中止。
31～35℃	28～31℃	嚴重警戒 (激しい運動は中止)	WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止。 体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止。 作業所では1時間以内ごとに休息をとる。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休息)	WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。