

① 気象統計に見る信州の夏の温暖化 ― 暑い夏が増えている！！ ―

■ 8月の月平均気温の極値：高い方の観測史上1位～3位と低い方の1位

統計期間の長い気象官署をみています。

[長野：1889年～ 飯田：1897年～ 松本：1898年～ 軽井沢：1925年～ 諏訪：1945年～]

	高い方の観測史上第1～3位			低い方の観測史上第1位
	第1位（観測年）	第2位（観測年）	第3位（観測年）	第1位（観測年）
長野	28.2℃（2023）	27.6℃（1994）	27.3℃（2010）	21.1℃（1905）
松本	27.3℃（2023）	27.0℃（2020）	26.9℃（1994）	20.4℃（1905）
飯田	27.0℃（2020）	26.9℃（2024）	26.7℃（2010）	21.6℃（1905）
軽井沢	22.8℃（2010）	22.5℃（2024, 2023, 2020 第2位タイ）		17.8℃（1980）
諏訪	25.7℃（2023）	25.6℃（2020, 2010 第2位タイ）		21.6℃（1980）

高い方の観測史上の上位は、各都市ともに、**地球温暖化が顕著になる1990年以降**の記録で、第10位までみても、各都市ともに、8位以上は1990年以降となっています。

◆ 暑さ指数と熱中症警戒アラート、熱中症特別警戒アラート

体感としての暑さは、気温だけでなく湿度や日差し、輻射熱が影響します。

近年、それらを取り入れて、熱中症予防の指標として、「**暑さ指数**」が公表されるようになりました。

■ 日常生活に関する指針

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	注意事項
危険 (31以上)	すべての生活活動で おこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒 (28以上31未満)		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以上28未満)	中等度以上の生活 活動でおこる危険性	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)	強い生活活動で おこる危険性	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。

出典●環境省 HP

⚠ 熱中症警戒アラート：2021年から運用

暑さ指数 33 以上が予測される地域に発表されます。

熱中症による人の健康に係る被害が生ずるおそれがあります。

⚠ 熱中症特別警戒アラート：2024年から運用

各都道府県の全地点で、暑さ指数 35 以上が予測されるときに発表されます。

広域的に過去に例のない危険な暑さとなり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあります。

【文責】 宮澤 信（気象予報士）



簡易型暑さ指数計