

令和2年6月8日

健康福祉部健康推進課
課長 相川 広一
内線 4 1 3 0
直通 225-1435

## 熱中症予防対策の周知徹底について

### 1 経緯

例年、広く県民や企業、関係団体等への熱中症予防対策の周知徹底を図ることを目的に熱中症予防対策連絡会議を開催しているが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、本年度は資料の配布をもって本会議の開催に代えることとしたので、会議資料の一部について資料提供する。

また、本年度は「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』」によりマスク着用が求められるなど、これまでとは異なる生活環境下であることから、例年以上に熱中症に気をつけることが重要である。

### 2 添付資料

- ・熱中症を防ぐために（石川県）
- ・別紙1（環境省、厚生労働省）
- ・別紙2（環境省、厚生労働省）
- ・高温注意情報及び1・3か月予報（金沢地方气象台）

### 3 熱中症予防の要点

#### （1）こまめな水分、塩分補給

- ・マスクを着用すると喉の渇きを感じにくくなるため、こまめに水分・塩分の補給をする。

#### （2）熱中症になりにくい環境

- ・扇風機やクーラーを使用して温度調整をする。
- ・屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずす。

- ・こまめな換気をする。
- ・遮光カーテンやすだれを活用する。
- ・外出時は天気予報や「暑さ指数（WBGT）」を参考にする。

### （3）体調に合わせた取り組み

- ・日頃から体温測定、健康チェックを行い、体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養する。

### （4）外出時の準備

- ・通気性のよい衣服を心がけ、外出時や日傘や帽子を活用する。
- ・こまめな休憩をとる。

## 4 その他

その他の資料を希望される報道関係者の方につきましては、健康推進課までご連絡ください。

# 熱中症を防ぐために

熱中症の発生は7～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めてください。

- 熱中症は、適切な予防をすれば防ぐことができます。
- 熱中症になった場合も、適切な応急処置により救命することができます。
- 一人ひとりが、熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

## 熱中症とは…

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わさることにより熱中症の発生が高まります。
- 屋外で活動しているときだけでなく、就寝中など室内で熱中症を発症し、救急搬送されたり、不幸にも亡くなられたりする事例が報告されています。

急に暑くなった日は特に注意！

室内にいる時も注意が必要！

## 熱中症の予防法

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

### 水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給
- ※ 高齢者、障害児・障害者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を。

### 熱中症になりにくい環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保（こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など）
- こまめな室温確認、暑さ指数（WBGT 値）の確認

### 体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定（特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども）
- 通気性の良い、吸湿、速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

### 外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿、速乾の衣服の着用

無理してエアコンを使わないと体調を崩すことがあります！

※ 暑さ指数（WBGT 値）：気温、湿度、輻射熱から算出される暑さ指数で、熱中症予防のために運動や作業の強度に応じた目安が定められています（[環境省熱中症予防サイト](#)、[石川県ホームページ](#)からご覧になることができます。）。

## 注意していただきたいこと・お願いしたいこと

### ① 暑さの感じ方は人によって異なります！

- 人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して、暑さに対する抵抗力（感受性）は個人によって異なります。
- 自分の体調の変化に気をつけ、暑さの抵抗力に合わせて、万全の予防を心がけましょう。

### ② 高齢者の方は特に注意が必要です！

- 熱中症患者のおよそ半数は高齢者（65歳以上）です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する体の調節機能も低下しています。
- のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしたり、熱さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調節をするように心がけましょう。

### ③ まわりが協力して、熱中症予防を呼びかけあうことが大切です！

- 一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症の予防を呼びかけあうことで、熱中症の発生を防ぐことができます。
- 特に、熱中症にかかりやすい高齢者、障害児・障害者や子どもについては、周囲が協力をして注意深く見守るようにしましょう。

（※ 小児・幼児は、汗腺をはじめとした体温調節機能がまだ十分に発達しておらず、注意が必要です。）

### ④ 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください！

- 今年は、県民の皆さんに節電の取り組みをお願いしていますが、節電を意識しすぎるあまり、健康を害することのないようご注意ください。
- 気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用するようにしましょう。

## 熱中症になった時の処置は…

- 1 涼しい場所に避難させる
- 2 衣服を脱がせ、身体を冷やす
- 3 水分・塩分を補給する

自力で水を飲めない、意識が無い場合は  
直ちに救急隊を要請しましょう！

## 石川県の熱中症情報

厚生労働省「熱中症予防リーフレット」一部改変

### ◎ 熱中症に関する総合サイト（熱中症の予防方法、暑さ指数・マニュアル等、リンク集ほか）

- ◆ 石川県ホームページ 「石川県熱中症予防情報」

<http://www.pref.ishikawa.lg.jp/kenkou/necchuushou/necchuushou.html>

石川県熱中症情報

検索

### ○ 天気予報、気象情報、異常天候早期警戒情報

- ◆ 気象庁「熱中症から身を守るために」 <http://www.jma.go.jp/jma/ki/shou/kuashou/kurashi/netsu.html>

### ○ 石川県内の熱中症相談窓口

- ◆ 南加賀保健福祉センター TEL：0761-22-0796
- ◆ 石川中央保健福祉センター TEL：076-275-2250
- ◆ 能登中部保健福祉センター TEL：0767-53-2482
- ◆ 能登北部保健福祉センター TEL：0768-22-2011
- ◆ 金沢泉野福祉健康センター TEL：076-242-1131
- ◆ 金沢元町福祉健康センター TEL：076-251-0200
- ◆ 金沢駅西福祉健康センター TEL：076-234-5103

## 令和2年度の熱中症予防行動の留意点について

～「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』における熱中症予防～

### 1 趣旨

令和2年5月4日の新型コロナウイルス感染症対策専門家会議において「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』」が示されました。新型コロナウイルスの出現に伴い、今後は、一人ひとりが感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。

このように、今夏は、これまでとは異なる生活環境下で迎えることとなりますが、一方で、例年以上に熱中症にも気をつけなければなりません。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防にもこれまで以上に心掛けるようにしましょう。

なお、「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』」を進めていく上での熱中症のリスクについては、必ずしも科学的な知見が十分に集積されているわけではありませんが、特に心掛けていただきたい熱中症予防行動について取りまとめています。

### 2 熱中症予防行動の留意点

#### (1) 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

○ 夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。このため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。

※屋内運動施設での運動は、新型コロナウイルス感染症のクラスター（集団感染）のリスクが高いことから、お住まいの自治体の情報に従いましょう。

○ マスクを着用している場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。

○ 新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、熱中症予防のためにエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。

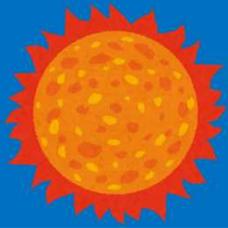
○ 日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。

○ 3密（密集、密接、密閉）を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをするようにしましょう。

## (2) 従来からの熱中症予防行動の徹底

- 暑さを避けましょう。
  - 室内の温度・湿度をこまめに確認し、適切に管理しましょう。
  - 外出時は天気予報や「暑さ指数（WBGT）」を参考に、暑い日や時間帯を避け、無理のない範囲で活動しましょう（WBGTは環境省ウェブサイトで提供：<https://www.wbgt.env.go.jp/>）。
  - 涼しい服装を心掛け、外に出る際は日傘や帽子を活用しましょう。
  - 少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所に移動し水分を補給してください（急に暑くなった日や、久しぶりに暑い環境で身体を動かす際には特に注意が必要です。）。
  
- こまめに水分補給をしましょう。
  - のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう（一般的に、食事以外に1日当たり1.2Lの水分の摂取が目安とされています。）。
  - 激しい運動、作業を行ったとき、多くの汗をかいたときは塩分も補給しましょう。
  
- 暑さに備えた体作りをしましょう。
  - 暑くなり始めの時期から適度に運動（「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で、毎日30分程度）を心掛け、身体が暑さに慣れるようにしましょう（暑熱順化）（※ただし、その際は水分補給を忘れずに、無理のない範囲で実施してください。）。

※特に、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者の方々は、より注意する必要があります。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。



# 令和2年度の 熱中症予防行動

(別紙2)

環境省  
厚生労働省  
令和2年5月

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

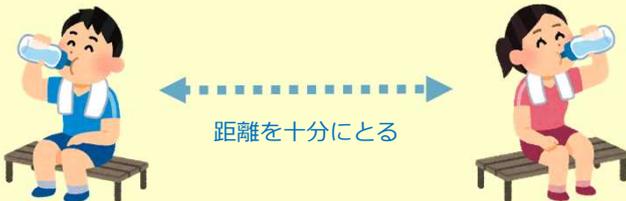
新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

### 1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



### 2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

### 3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

### 4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養

### 5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



# 1. 高温注意情報

- ・情報の種類と発表基準、発表例
- ・気象庁HPの表示例

# 2. 1・3か月予報

2020年5月25日  
金沢地方気象台



# 高温注意情報

## ★高温注意情報とは

国(気象庁)が“熱中症”予防対策として、今日における明日予報または当日の対象とする予報期間に、目安となる高温が予想される場合に、「体調管理の注意を呼びかける」気象情報のひとつです。

## ★情報の種類

### ■地方高温注意情報

(全国を11の地方に分けた地方予報区)

翌日に高温が予想される場合、明日を対象として前日17時過ぎに情報を発表

⇒ [北陸地方高温注意情報](#)  
(新潟地方気象台)

### ■府県高温注意情報

(府県予報区(概ね県単位))

当日に高温が予想される場合、または高温が観測された場合、当日を対象として5時過ぎから17時頃までの間で情報を発表

⇒ [石川県高温注意情報](#)(金沢地方気象台)

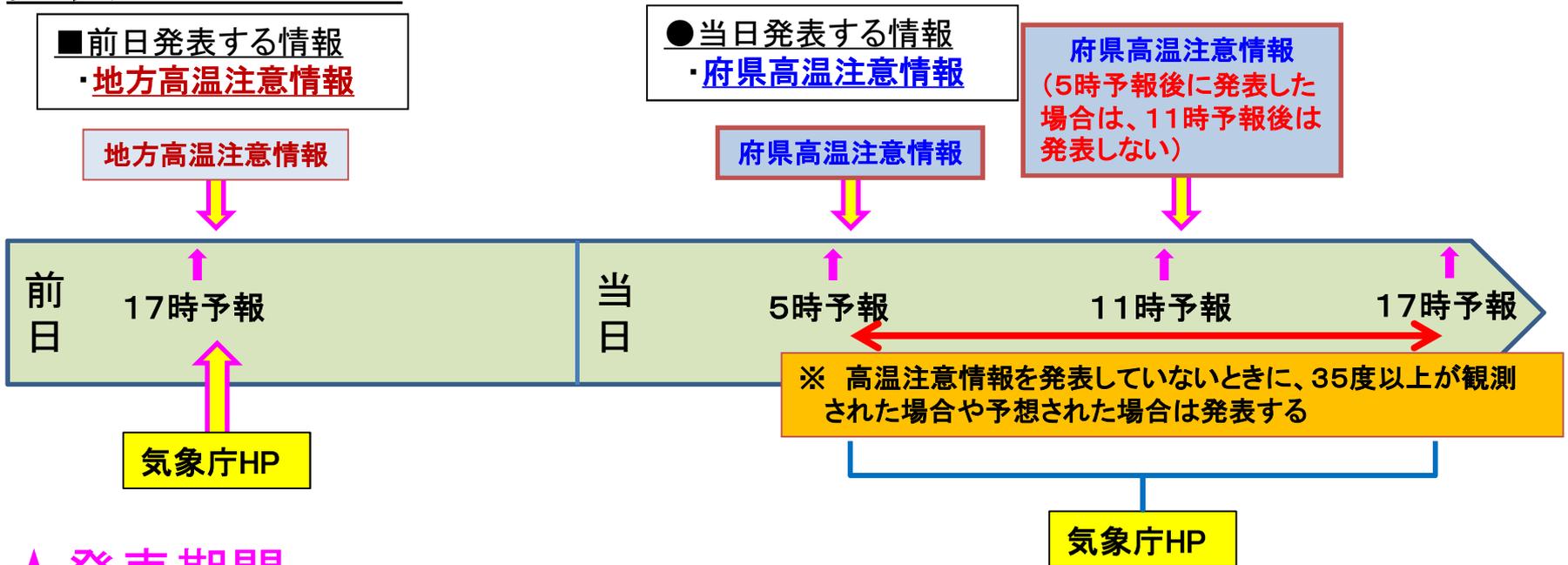


# 高温注意情報

## ★高温注意情報の発表基準

最高気温  $\geq 35$ 度 (北海道、東北の一部、沖縄県を除く)

## 発表のタイミング



## ★発表期間

毎年4月第4水曜日から10月第4水曜日を対象とした期間

- ★ 石川県内の気温観測点で最高気温が“35度以上”となることが予想される場合に発表する。



# 高温注意情報

## 地方高温注意情報の発表例

北陸地方高温注意情報 第 号  
令和 年 月 日 17時00分 新潟地方気象台

北陸地方高温注意情報 第 号  
令和 年 月 日 17時00分 新潟地方気象台

北陸地方では、5日の日中は気温が35度以上となるところがあるでしょう。  
熱中症など健康管理に注意してください。

予想最高気温  
新潟 34度 富山 35度 金沢 34度  
福井 35度

熱中症の危険が特に高くなります。  
特に、外出時や屋外での作業時、高齢者、乳幼児、体調のすぐれない方がおられるご家庭などにおいては、水分をこまめに補給し多量に汗をかいた場合は塩分も補給する、カーテンで日射を遮る、冷房を適切に利用し室温に留意するなど、熱中症に対して十分な対策をとってください。

## 府県高温注意情報の発表例

石川県高温注意情報 第1号  
令和 年 月 日 時分 金沢地方気象台発表

石川県では、 日の日中は気温が 度以上となるところ  
があるでしょう。  
熱中症など健康管理に注意してください。

予想最高気温（前日の最高気温）  
金沢 35度（35.1度）  
輪島 35度（34.1度）

当日の予想最高気温と（前日の最高気温）を記述

本文で石川県の代表地点2地点の予想最高気温を表示

金沢で30度以上の時間帯は、8時頃から22時頃まで。  
輪島で30度以上の時間帯は、8時頃から18時頃まで。

30度以上になる予想の時間帯を記述

熱中症の危険が特に高くなります。  
特に、外出時や屋外での作業時、高齢者、乳幼児、体調のすぐれない方がおられるご家庭などにおいては、水分をこまめに補給し多量に汗をかいた場合は塩分も補給する、カーテンで日射を遮る、冷房を適切に利用し室温に留意するなど、熱中症に対して十分な対策をとってください。

熱中症に関する呼びかけを記述

明日の予想最高気温を記述



# 高温注意情報

## ★天気概況に記載する熱中症対策への注意喚起

### ア 高温注意情報\*を発表するような場合(35度以上)の記載例

※ 当日(今日:全アメダス地点)、翌日(明日:予想発表地点)共通の記載

石川県では高温が予想され、熱中症の危険が特に高くなる見込みです。暑さを避け、水分をこまめに補給するなど、十分な対策をとってください。

### イ 概ね真夏日(30度以上)となるような場合の記載例

※ 当日(今日:全アメダス地点)、翌日(明日:予想発表地点)共通の記載

※ 年間を通して対応する

石川県では高温が予想されるため、熱中症など健康管理に注意してください。

#### \* 「高温注意情報」

- ・ 全国の都道府県を対象に、毎年4月第四水曜日から10月第四水曜日の期間に発表する。
- ・ 当日、又は翌日の最高気温が35℃以上と予想される場合に発表する。
- ・ 前日17時過ぎに、地方単位の情報として翌日を対象に発表する。
- ・ 当日は府県単位の情報として発表する。

なお、一部の地域では35℃以外で設定している。



2020年 月 日の最高気温予想

表示対象:  情報文  気温グラフ

( 日 時 分 更新 )

 発表あり (オレンジ色の都道府県・地域をクリックしてください)

 発表なし



○情報文○気温グラフを表示切替

情報文（発表）のある府県は「橙色」表示



クリックして電文内容を確認

発表中（オレンジ塗りつぶし）の府県を選択すると、高温注意情報文がポップアップ表示される。

石川県高温注意情報 第1号  
令和 年 月 日 時 分 金沢地方气象台発表  
石川県では、 日の日中は気温が35度以上となるところがあるでしょう。  
熱中症など健康管理に注意してください。

予想最高気温(前日の最高気温)  
金沢 36度(36.5度)  
輪島 35度(34.3度)

金沢で30度以上の時間帯は、8時頃から18時頃まで。  
輪島で30度以上の時間帯は、8時頃から18時頃まで。

熱中症の危険が特に高くなります。  
特に、外出時や屋外での作業時には、水分をこまめに補給し、熱中症に対する十分な対策をとってください。

<高温注意情報>



2020年 月 日の最高気温予想

表示対象:  情報文  気温グラフ

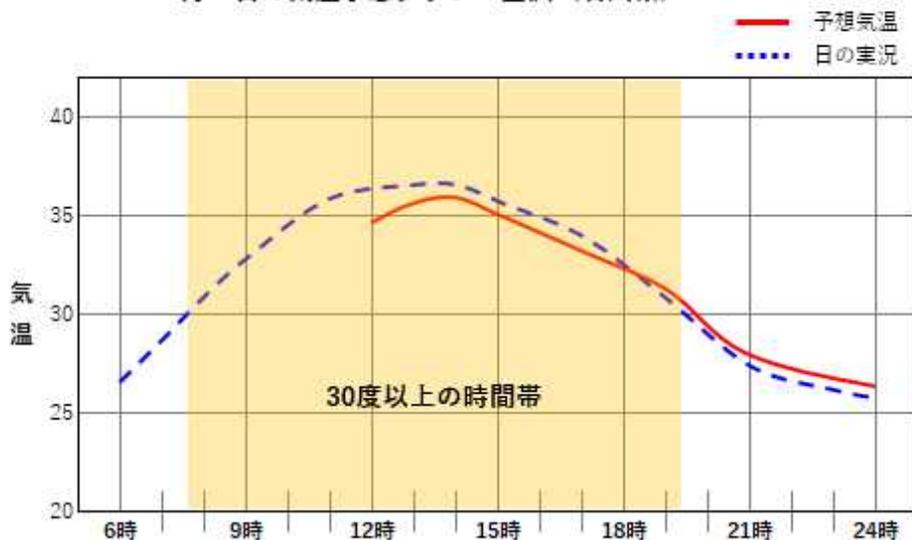
( 日 時 分 更新)

発表あり (オレンジ色の都道府県・地域をクリックしてください)

発表なし



月 日の気温予想グラフ 金沢 (石川県)



日の予想最高気温 36度  
日の最高気温 36.7度  
平年の最高気温 31.3度

月 日 11時作成  
Kanazawa

○当日 5 時 :  
当日 6 時以降の予想気温と  
前日の実況を描画

○当日 1 1 時 :  
当日 1 2 時以降の予想気温と  
前日の実況を描画



# 高温に関する府県気象情報(週間スケールの気象情報)

高温に関する石川県気象情報 第 1 号  
令和 2年 月 日 時 分 金沢地方気象台発表

(見出し)

石川県では、向こう一週間は気温が平年より高く、最高気温が35度以上となるところがあるでしょう。

(本文)

石川県では、ごろから高気圧に覆われて晴れる日が多く、気温が高い状態が続いています。向こう一週間は気温の高い状態が続き、最高気温が35度を超えるところがある見込みです。農作物や家畜等の管理、屋外作業による熱中症などの健康管理に十分注意してください。

各地の 月 日から 月 日までの平均気温(平年差)と最高気温(平年差)の平均は以下のとおりです(速報値)。

## 気象官署

	平均気温	平年差	最高気温	平年差
金沢	28.6度	+ 2.5度	32.3度	+ 2.4度
輪島	27.7度	+ 3.0度	32.5度	+ 3.9度

(注) 気象官署の平年値は、1981年から2010年の平均値です。

## アメダス観測による速報値

	平均気温	平年差	最高気温	平年差
珠洲	27.3度	+ 3.0度	33.0度	+ 4.7度
志賀	27.2度	+ 2.4度	30.7度	+ 2.2度
七尾	27.2度	+ 2.0度	32.6度	+ 3.5度
羽咋	27.7度	+ 2.4度	31.4度	+ 2.9度
かほく	27.4度	+ 2.5度	31.5度	+ 3.3度
小松	28.2度	+ 2.5度	33.2度	+ 3.9度
白山河内	26.8度	+ 2.5度	32.4度	+ 4.0度
加賀菅谷	26.8度	+ 1.9度	33.0度	+ 3.9度

(注) アメダス観測所の平年値は、1981年から2010年までの30年の平均値です。

○ 発表の目安(6月~8月)

日最高気温が35℃を超える日  
が数日以上継続すると予想される場合に、週間スケールの気象情報として発表する。



# 高温に関する早期天候情報(本文は北陸地方の例)

※ 6日先から14日先までの期間で、5日間平均気温が「かなり高い」となる確率が30%以上と見込まれる場合に発表されます。(発表日は、月曜日と木曜日。ただし、発表日が休日などの場合は、後日とする)。

高温に関する早期天候情報(北陸地方)

令和 2年 月 日 時 分

新潟地方気象台 発表

北陸地方 月 日頃から かなりの高温

かなりの高温の基準：5日間平均気温平年差 + °C以上

北陸地方は今後2週間程度は、暖かい空気に覆われやすいため、気温が高く、

月 日頃からは平年よりかなり高くなる可能性があります。

農作物の管理等に注意してください。

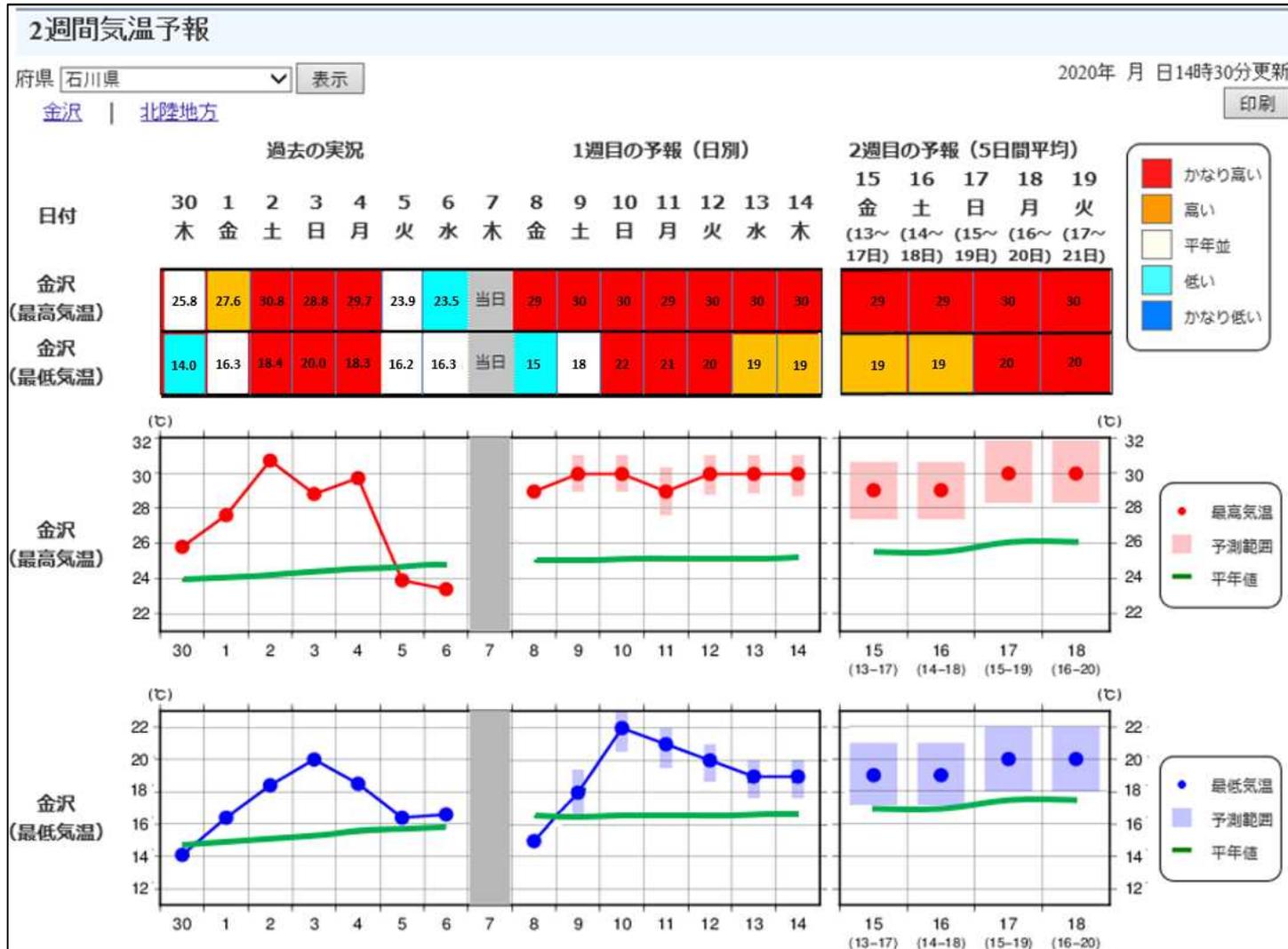
また、今後の気象情報等に留意してください。

<早期天候情報>



# 2週間気温予報

※ 8日先から12日先まで5日間平均した日平均気温を提供し、5日間平均気温が平年値と比較して「かなり高い」気温が予想される場合は、赤色で表示して注意喚起します。  
 発表する時間は、毎日14時30分です。



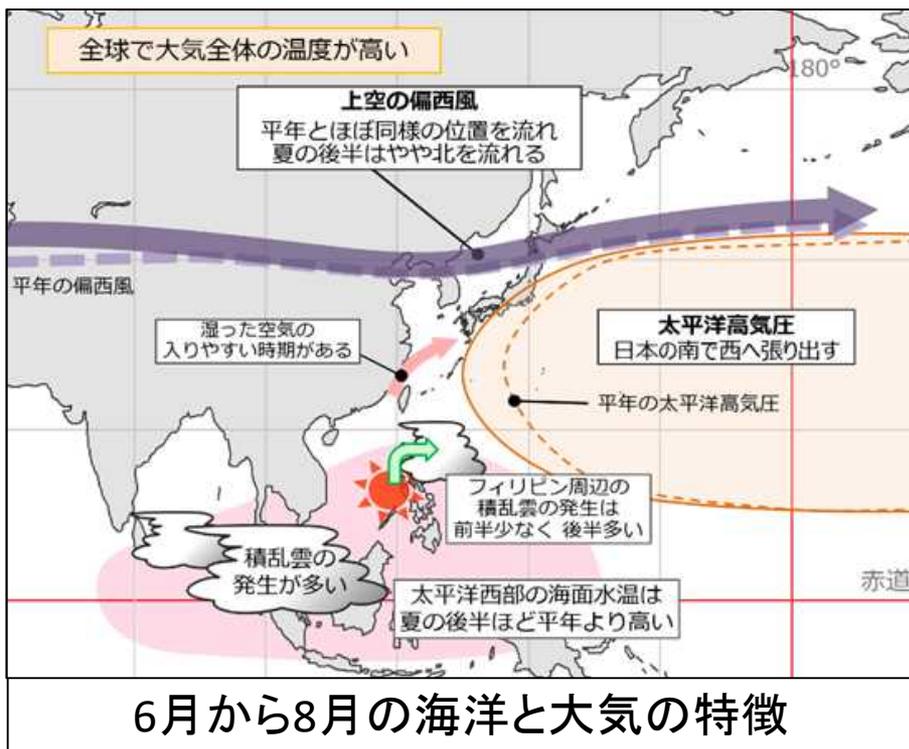
<2週間気温予想>



# 2-1. 季節予報(3か月)

3か月予報: 5月25日発表

予想される海洋と大気の特徴<6月から8月>



○ 日本上空の偏西風は、6月はじめは平年より南(フィリピン付近の対流活動が不活発)に位置するが、その後は7月から8月にかけて順調に北上(フィリピン付近で対流活動が活発化)する予想となっている。

○ 太平洋高気圧の勢力もほぼ上空の偏西風の動きと同調する形で推移する見込み。

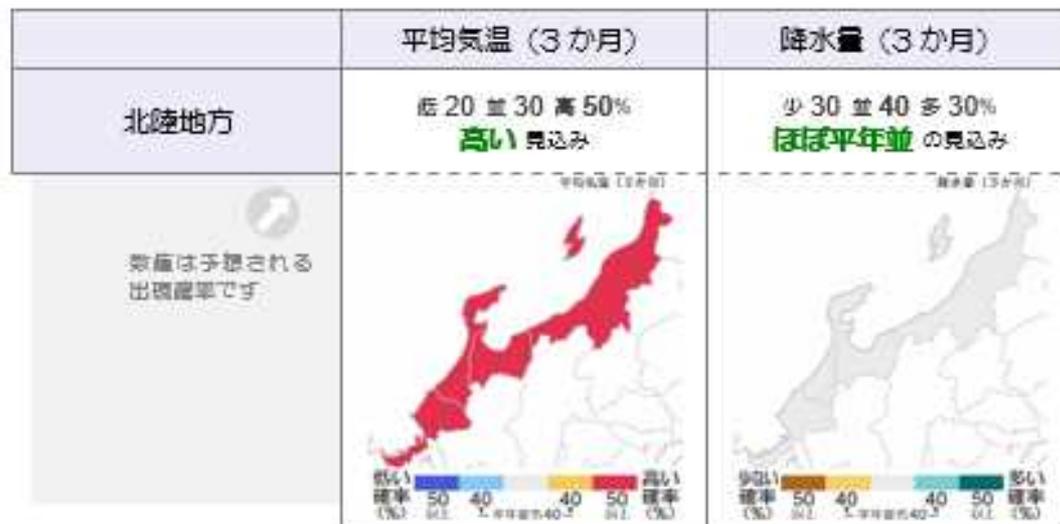
☞ 6月から7月中旬にかけて、西日本を中心に太平洋高気圧の縁辺を回り込んで暖湿気が入り易く、北陸地方でも平年並の降水量が予想される。

また、気温は期間を通じて高くなると予想されている。



# 向こう3か月の平均気温・降水量、月別の天候

## 3か月の平均気温・降水量



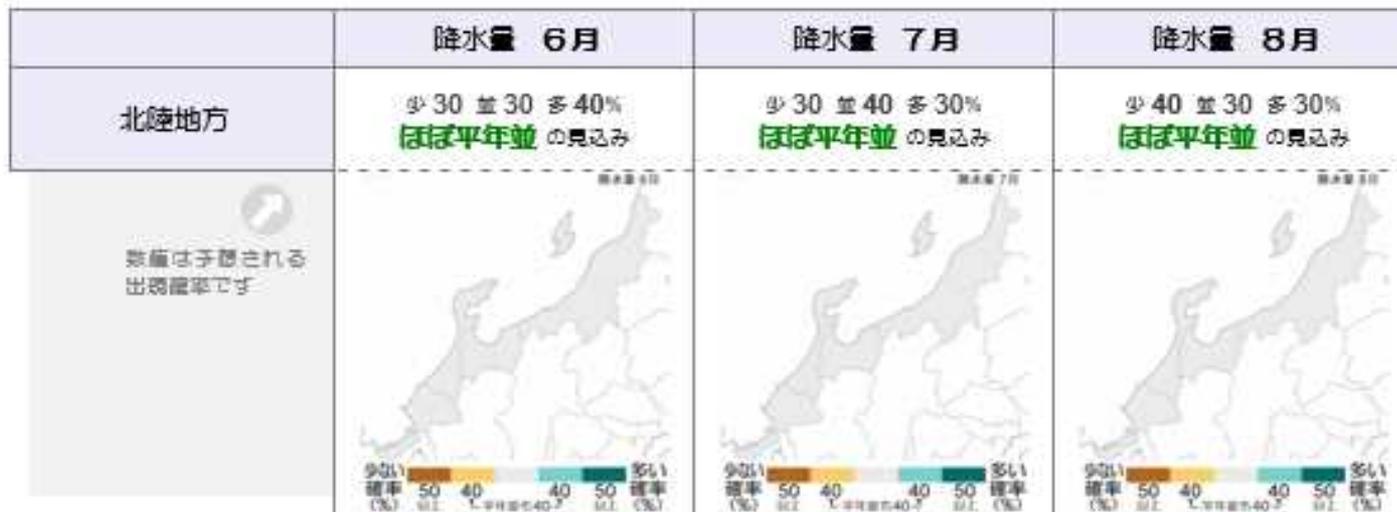
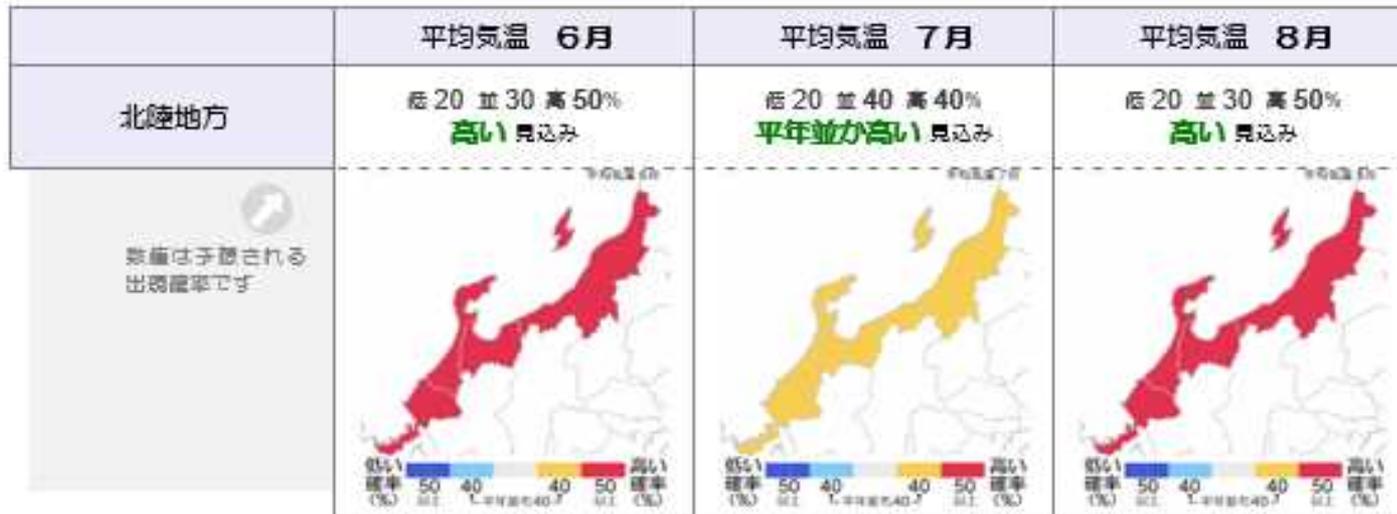
## 月別の天候

6月	7月	8月
<p>期間の前半は、低気圧と高気圧が交互に通過し、平年と同様に天気は数日の周期で変わるでしょう。期間の後半は、前線の影響で平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p>	<p>前線や湿った空気の影響で平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。</p>	<p>太平洋高気圧に覆われやすく、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。</p>



# 月別の平均気温・降水量

## 月別の平均気温・降水量



# 3か月予報（令和2年5月25日発表）新潟地方気象台

## 【3か月予報のポイント】

- 向こう3か月は、暖かい空気に覆われやすく、気温は高いでしょう。また、降水量はほぼ平年並でしょう。

### 平均気温 数字は確率（％）

3か月	6月	7月	8月
低20 並30 高50 高い	低20 並30 高50 高い	低20 並40 高40 平年並か高い	低20 並30 高50 高い

### 降水量 数字は確率（％）

3か月	6月	7月	8月
少30 並40 多30 ほぼ平年並	少30 並30 多40 ほぼ平年並	少30 並40 多30 ほぼ平年並	少40 並30 多30 ほぼ平年並

天 候	6月	7月	8月
	期間の前半は、低気圧と高気圧が交互に通過し、天気は数日の周期で変わるでしょう。期間の後半は、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。	前線や湿った空気の影響を受けやすく、平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。	太平洋高気圧に覆われて、平年に比べ晴れの日が多いでしょう。

北陸地方の最新の3か月予報

[http://www.jma.go.jp/jp/longfcst/104\\_10.html](http://www.jma.go.jp/jp/longfcst/104_10.html)



# 2-2. 季節予報(1か月)

1か月予報: 5月21日発表

## <気圧配置の概要>

日本の南海上では梅雨戦線が停滞し、前線上を低気圧が周期的に通過する。  
一方、本州や北日本では移動性高気圧が周期的に通過し、気温は高くなり、降水量、日照時間は平年並の見込み。

### 北陸地方 1か月予報

(5月23日から6月22日までの天候見通し)

令和2年5月21日  
新潟地方気象台 発表

#### <予想される向こう1か月の天候>

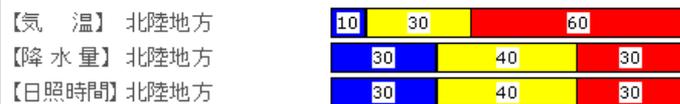
向こう1か月の出現の可能性が最も大きい天候と、特徴のある気温、降水量等の確率は以下のとおりです。

天気は数日の周期で変わると見られます。

向こう1か月の平均気温は、高い確率60%です。

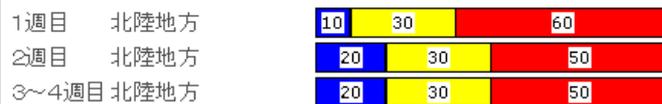
週別の気温は、1週目は、高い確率60%です。2週目は、高い確率50%です。3~4週目は、高い確率50%です。

#### <向こう1か月の気温、降水量、日照時間の各階級の確率(%)>



凡例: ■ 低い(少ない) ■ 平年並 ■ 高い(多い)

#### <気温経過の各階級の確率(%)>



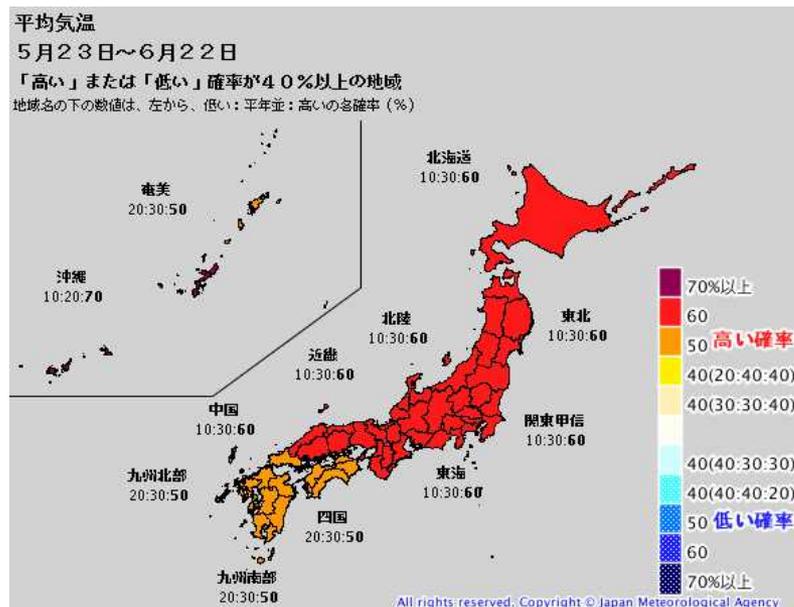
凡例: ■ 低い ■ 平年並 ■ 高い

#### <予報の対象期間>

- 1か月 : 5月23日(土)~ 6月22日(月)
- 1週目 : 5月23日(土)~ 5月29日(金)
- 2週目 : 5月30日(土)~ 6月 5日(金)
- 3~4週目 : 6月 6日(土)~ 6月19日(金)

#### <次回発表予定等>

- 1か月予報: 毎週木曜日 14時30分 次回は5月28日
- 3か月予報: 5月25日(月) 14時



1月予報(5月23日~6月22日)



# 終わり

大気の温度が年々上昇傾向となっており、日本周辺海域の海面水温も同様に上昇傾向となっております。

夏に向かい、太平洋高気圧の勢力覆われると、真夏日や猛暑日が継続して続く可能性があります。

これまで以上に、高温による熱中症対策に留意してください。

