

# 2020 東京オリンピック開催予定期間の WBGT 値

## 2019

## 7/24

## 7/25

## 7/26



気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
31~35℃	28~31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	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。10~20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28~31℃	25~28℃	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24~28℃	21~25℃	注意 (積極的に水分補給)	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)	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。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など  
 (公財) 日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)より

この表は環境省が公開するデータから作成したものです。

出所：環境省熱中症予防情報サイト <http://www.wbgt.env.go.jp/>

制作：多摩美術大学環境デザイン学科 堀内正弘 <https://urbanecology.jp> horiuchi@tamabi.ac.jp

新国立競技場周辺 ①

皇居外苑周辺 ②

国技館周辺 ③

馬事公苑周辺 ④

有明・お台場地区周辺 ⑤

東京スタジアム周辺 ⑥

霞ヶ関カンツリー倶楽部周辺 ⑦

埼玉スタジアム 2002 周辺 ⑧

幕張メッセ周辺 ⑨

釣ヶ崎海岸サーフィン会場周辺 ⑩

江の島ヨットハーバー周辺 ⑪

横浜国際総合競技場周辺 ⑫

伊豆ベロドローム周辺 ⑬

福島あづま球場周辺 ⑭

大井ホッケー競技場周辺 ⑮

陸上自衛隊朝霞訓練場周辺 ⑯

富士スピードウェイ周辺 ⑰

札幌 S

	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
新国立競技場周辺 ①	24.4	25.6	25.6	26.1	26.3	24.9	29.3	30	27.2	29.1	27.8	25.8	25.3	25	24.9	24.5
皇居外苑周辺 ②	24.6	25.1	24.6	25.9	25.6	25.5	29.4	29.8	29	29.2	28.4	26.7	25.4	25	24.7	24.7
国技館周辺 ③	24.3	24.8	24.9	25.9	26	24.6	27.1	29.7	29.8	29.1	29.1	26.9	25.4	25.2	25.1	25.1
馬事公苑周辺 ④	24.4	25.6	26.4	25.4	28.2	26.9	28	27.5	28.7	28.2	26.4	25.9	25.3	25	24.6	24.6
有明・お台場地区周辺 ⑤	25.1	24.7	25.5	27.1	26.8	27.8	28.6	27.9	28.1	28.2	27.7	26.2	25.1	25	24.8	24.8
東京スタジアム周辺 ⑥	24.3	25.3	25.9	25.8	27.1	30.5	27.9	28.3	28.3	28.3	27.5	26.2	25.6	24.6	24.5	24.4
霞ヶ関カンツリー倶楽部周辺 ⑦	24.1	24.1	24.4	26.1	28.9	29.4	29.2	28.4	29.1	29.1	26.5	25.9	25.5	24.6	24.7	24.3
埼玉スタジアム 2002 周辺 ⑧	23.9	25.8	25.8	29.3	30.2	30.6	29.6	28.5	28	27.4	27.3	26.9	26.1	25.7	25.2	25
幕張メッセ周辺 ⑨	24	24.5	26.8	28.2	30.3	30.2	29.7	28.6	30.5	30.5	28.3	27	26.2	25.5	25.7	25.2
釣ヶ崎海岸サーフィン会場周辺 ⑩	24.1	24.6	26.5	27.7	28.3	29.1	28.6	30.3	30.1	29.2	28.2	26.9	26.2	24.4	24.2	24.2
江の島ヨットハーバー周辺 ⑪	24.9	26.4	28	27.5	27.4	28.7	28.5	28.4	30.5	28.2	27.4	25.8	25.8	25.1	25.1	25.1
横浜国際総合競技場周辺 ⑫	25.1	26	26.8	28.5	27.8	27.7	29.9	29.3	30	28.8	27.4	26.6	26.3	25.8	25.4	25
伊豆ベロドローム周辺 ⑬	22.9	24.3	25.2	26.2	27.1	24.9	28	26.1	28.9	27.6	26.7	25.5	24.7	23.9	23.4	23.4
福島あづま球場周辺 ⑭	20.5	20.9	21.7	23.4	24.1	26.1	27.4	26.9	26.1	22.5	22.5	23.6	22.3	22.2	22.3	22.3
大井ホッケー競技場周辺 ⑮	24.4	25.2	26.7	29.5	27.4	29.9	29.7	27.9	29.9	29.9	27.8	25.9	25.2	24.9	24.8	25
陸上自衛隊朝霞訓練場周辺 ⑯	24.3	25.7	26.1	26.4	26.9	30.4	28.1	27.9	26.8	26	26	25.9	25.6	25.1	24.9	24.7
富士スピードウェイ周辺 ⑰	21.7	22.8	24.5	25.8	25.8	23	23.1	24.6	24.9	24.9	21.7	22.9	22.9	22.8	22.2	22.2
札幌 S	18.7	18.6	20	21.4	21.4	23	23.1	22.8	24.4	25.7	24.9	24.5	23.8	23.1	22.8	22.9
	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00



