

暑さ指数（WBGT）を知っていますか？



熱中症は晴れて暑い日だけでなく、曇りや雨でも湿度が高い日、屋外だけでなく、室内でも注意が必要です。



熱中症の危険度を判断する際に役立つ「暑さ指数(WBGT)」について知り、自分のいる環境を日頃から気にしましょう。

暑さ指数(WBGT)とは、体と外気との熱のやりとり(熱収支)に与える影響の大きい

「気温」、「湿度」、「日射・放射」、「風」の要素

をもとに算出された指標です。

暑さ指数(WBGT)は**熱中症リスクを判断する数値**として、運動時や作業時だけでなく、日常生活での指針としても活用されています。