

国立青少年教育施設で発生した熱中症に関する調査報告書 (令和 7 年度調査)

令和 8 年 3 月

目 次

I. 調査の概要

1. 調査の趣旨	1
2. 調査の経緯	1
3. 調査対象とした熱中症の条件	1
4. 調査対象施設	1
5. 調査期間	1
6. 調査実施体制	1
7. 調査内容	2
8. 調査方法	2
9. 本書を読むに当たって	2

II. 調査結果

1. 施設で発生した熱中症の状況	3
(1) 年齢期別・性別にみた熱中症の発生件数・割合	
(2) 月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(3) 時間別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(4) 利用形態別・月別、発生日別・月別にみた熱中症の発生件数と割合	
(5) 天候別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(6) 環境別・月別、湿度別・月別にみた発生件数・割合	
(7) 気温別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(8) 活動場所別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(9) 活動内容別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(10) 病院受診別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(11) 処置・静養後の対応別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(12) 発症した症状別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(13) 熱中症の症状がみられた者の体温別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(14) 熱中症の症状がみられるまでの状況	
(15) 水分摂取状況の認識別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(16) 実施した対応別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	
(17) 要因別・月別にみた熱中症の発生件数・割合	

III. 熱中症の特徴と今後の安全対策

1. 熱中症の特徴と今後の安全対策	15
(1) 熱中症の特徴	
(2) 今後の対策	

参考資料	17
熱中症アンケート	

I. 調査の概要

1. 調査の趣旨

本調査は、青少年教育施設における安全管理の改善や安全対策の充実に向けて、国立青少年教育施設において発生した熱中症について、その症状や発生要因等を把握・分析し、今後の施設運営や体験活動における安全確保に向けた基礎資料を提供することを目的としている。

2. 調査の経緯

国立青少年教育振興機構は、全国に 28 の青少年教育施設を有し、安全安心な施設運営に取り組んでいる。その一環として、平成 30 年度より各施設において発生した傷病や疾病について、個別の状況や発生要因等の情報を継続的に収集・分析し、「国立青少年教育施設における傷病の概況」として公表してきた。

令和 6 年度においては、全国的に熱中症による緊急搬送が増加していること、また体験活動において熱中症が特に注意すべき傷病の一つとなっていることを踏まえ、従来の調査では十分に把握できていなかった熱中症の発生状況を詳細に把握する必要性が生じた。そのため、国立青少年教育施設の利用者を対象に、熱中症に関するアンケート調査を実施し、報告書としてとりまとめた¹⁾。

令和 7 年度は、調査対象期間を 6 月からとし、より詳細な実態把握を行うため、熱中症を発症した本人の活動前および活動中の水分摂取量に関する指導者及び本人の認識、施設の利用形態と日程、熱中症発症時の体温に関する事項を新設した。

3. 調査対象とした熱中症の条件

本報告における「熱中症」とは、熱中症として確定診断されたものではなく、たちくらみ、筋肉痛、大量に汗をかく、頭痛などの熱中症疑いのある症状も含むものとした。

4. 調査対象施設

国立青少年教育振興機構が有する施設 27 施設とし、国立オリンピック記念青少年総合センターは除外した。

5. 調査期間

令和 7 年 6 月 20 日（金）～令和 7 年 9 月 30 日（火）

6. 調査実施体制

- ・国立青少年教育振興機構 総務部総務課
- ・国立青少年教育振興機構 財務部財務課
- ・国立青少年教育振興機構 教育事業部事業企画課
- ・国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター

7. 調査内容

- (1) 熱中症がみられた者の情報
(活動施設、性別、年代)
- (2) 熱中症が発生した状況
(日時、天候、環境、気温、湿度、活動場所等)
- (3) 熱中症として現れた症状および実施した対応
(症状の内容、体温、実施した対応等)
- (4) 熱中症の発生要因
(本人、指導・引率者、装備等、環境、その他)

8. 調査方法

本調査は、熱中症の症状がみられた者の引率・指導者または本人に、アンケートフォームを用いて回答してもらった。利用者において回答が困難な場合、施設職員が引率・指導者または本人から聞き取り、アンケートフォームに入力する対応も可能とした。

9. 本書を読むに当たって

図表に示している回答比率(%)は小数点以下第2位を四捨五入しているため、その和が100.0%と一致しない場合がある。

Ⅱ．調査結果

1．施設で発生した熱中症の状況

(1) 年齢期別・性別にみた熱中症の発生件数・割合

令和7年6月～9月に施設で発生した熱中症の件数は56件であった。発症者の年齢期や性別ごとに発生件数をみたところ(表1-1)、男性は「小学生」(8件・42.1%)が、女性は「中学生」(12件・34.3%)が最も多かった。

表1-1. 年齢期別・性別にみた熱中症の発生件数

年齢期	男		女		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%
幼児	1	5.3	0	0.0	0	0.0	1	1.8
小学生	8	42.1	11	31.4	0	0.0	19	33.9
中学生	4	21.1	12	34.3	0	0.0	16	28.6
高校生	2	10.5	6	17.1	0	0.0	8	14.3
大学生等	1	5.3	4	11.4	0	0.0	5	8.9
社会人	3	15.8	2	5.7	0	0.0	5	8.9
無回答	0	0.0	0	0.0	2	100.0	2	3.6
計	19	100.0	35	100.0	2	100.0	56	100.0

(2) 月別にみた熱中症の発生件数・割合

月ごとに熱中症の発生件数をみたところ(表1-2)、「7月」(33件・58.9%)が最も多く、次いで「8月」(13件・23.2%)、「6月」(7件・12.5%)となっており、施設で発生した熱中症のおよそ8割は7月と8月に起きていることが分かる。

表1-2. 月別にみた熱中症の発生件数

月	件	%
6月	7	12.5
7月	33	58.9
8月	13	23.2
9月	1	1.8
無回答	2	3.6
計	56	100.0

(3) 時間別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

時間ごとに熱中症の発生件数をみたところ(表1-3)、「15時」(13件・23.2%)が最も多く、次いで「10時」と「11時」(いずれも7件・12.5%)となっていた。

青少年教育施設における標準的な活動時間でみた場合、午前と午後の各々の活動時間

帯枠に相当する「午後（13～16 時）」（24 件・42.9%）、「午前（9～12 時）」（18 件・32.1%）の発生件数が多かった。

表 1-3. 時間別・月別にみた熱中症の発生件数

時間帯		6月		7月		8月		9月		無回答		計		%
		件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	
起床・朝食等	6 時	1	14.3	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	2	3.6	5.4
	7 時	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8	
	8 時	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
活動（午前）	9 時	0	0.0	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	3.6	32.1
	10 時	2	28.6	5	15.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	12.5	
	11 時	0	0.0	6	18.2	1	7.7	0	0.0	0	0.0	7	12.5	
	12 時	0	0.0	0	0.0	2	15.4	0	0.0	0	0.0	2	3.6	
活動（午後）	13 時	0	0.0	5	15.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	8.9	42.9
	14 時	2	28.6	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	7.1	
	15 時	0	0.0	9	27.3	4	30.8	0	0.0	0	0.0	13	23.2	
	16 時	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6	
夕食・入浴等	17 時	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8	3.6
	18 時	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8	
活動（夜）	19 時	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8	10.7
	20 時	1	14.3	1	3.0	3	23.1	0	0.0	0	0.0	5	8.9	
	21 時	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	22 時	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
無回答・不明		0	0.0	1	3.0	0	0.0	1	100.0	2	100.0	3	5.4	5.4
計		7	100.0	33	100.0	13	100.0	2	100.0	2	100.0	56	100.0	100.0

※左端の時間帯は、施設の標準的な生活時間帯を示している。

（４）利用形態別・月別、発生日別・月別にみた熱中症の発生件数と割合

利用形態別に熱中症の発生件数をみたところ（表 1-4）、「宿泊利用」（55 件・98.2%）が多かった。発症日別に熱中症の発生件数をみたところ（表 1-5）、「1 日目」（32 件・57.1%）が最も多く、次いで「2 日目」（20 件・35.7%）が多かった。

表 1-4. 利用形態別・月別にみた熱中症の発生件数

利用形態	6月		7月		8月		9月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
日帰り利用	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
宿泊利用	7	100.0	32	97.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	55	98.2
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

表 1-5. 発生日別・月別にみた熱中症の発生件数

発生日	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
1 日目	1	14.3	24	72.7	7	53.8	0	100.0	0	100.0	32	57.1
2 日目	5	71.4	9	27.3	5	38.5	1	0.0	0	0.0	20	35.7
3 日目	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
4 日目	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8
無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.0	2	3.6
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	0.0	2	0.0	56	100.0

(5) 天候別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

天候ごとに熱中症の発生件数をみたところ（表 1-6）、最も多かったのは「晴」（41 件・73.2%）であったが、施設で発生した熱中症の 2 割強は「曇」（12 件・21.4%）のときにも起こっていた。

表 1-6. 天候別・月別にみた熱中症の発生件数

天候	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
晴	7	100.0	24	72.7	10	76.9	0	0.0	0	0.0	41	73.2
曇	0	0.0	9	27.3	3	23.1	0	0.0	0	0.0	12	21.4
雨	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	1	1.8
無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	2	3.6
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(6) 環境別・月別、湿度別・月別にみた発生件数・割合

環境ごとに熱中症の発生件数をみたところ（表 1-7）、屋外（45 件・80.4%）が多かった。一方、6 月については、屋内（4 件・57.1%）が屋外（3 件・42.9%）を上回っていた。

湿度ごとに熱中症の発生件数をみたところ（表 1-8）、「60%台」と「70%台」（それぞれ 12 件・21.4%）が最も多かった。なお、50%未満においても全体の 1 割強（8 件・14.3%）を占めていた。

表 1-7. 環境別・月別にみた熱中症の発生件数

環境	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
屋内	4	57.1	2	6.1	2	15.4	1	100.0	0	0.0	9	16.1
屋外	3	42.9	31	93.9	11	84.6	0	0.0	0	0.0	45	80.4
無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	2	3.6
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

表 1-8. 湿度別・月別にみた熱中症の発生件数

湿度	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
50%未満	0	0.0	4	12.1	4	30.8	0	0.0	0	0.0	8	14.3
50%台	2	28.6	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	4	7.1
60%台	1	14.3	9	27.3	2	15.4	0	0.0	0	0.0	12	21.4
70%台	2	28.6	9	27.3	1	7.7	0	0.0	0	0.0	12	21.4
80%台	0	0.0	1	3.0	2	15.4	0	0.0	0	0.0	3	5.4
90%台	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
無回答	2	28.6	7	21.2	3	23.1	1	100.0	2	100.0	15	26.8
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(7) 気温別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

気温ごとに熱中症の発生件数をみたところ（表 1-10）、「30℃」（11 件・19.6%）が最も多く、次いで「32℃」（7 件・12.5%）となっていた。30℃以上が、熱中症の発生件数の 5 割強を占めていた。なお、「29℃以下」が熱中症の発生件数の 2 割半であった。

表 1-10 気温別・月別にみた熱中症の発生件数

気温		6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計		%
		件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	
21～ 29℃	21℃	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8	25.0
	26℃	1	14.3	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6	
	27℃	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8	
	28℃	2	28.6	3	9.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	8.9	
	29℃	0	0.0	2	6.1	3	23.1	0	0.0	0	0.0	5	8.9	
30～ 34℃	30℃	0	0.0	9	27.3	2	15.4	0	0.0	0	0.0	11	19.6	48.2
	31℃	1	14.3	1	3.0	2	15.4	0	0.0	0	0.0	4	7.1	
	32℃	1	14.3	6	18.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	12.5	
	33℃	0	0.0	1	3.0	2	15.4	0	0.0	0	0.0	3	5.4	
	34℃	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6	
35℃ 以上	35℃	0	0.0	2	6.1	2	15.4	0	0.0	0	0.0	4	7.1	8.9
	38℃	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8	
無回答		1	14.3	5	15.2	1	7.7	1	100.0	2	100.0	10	17.9	17.9
計		7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0	100.0

(8) 活動場所別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

活動場所ごとに熱中症の発生件数をみたところ(表 1-11)、「屋外運動コース(登山、オリエンテーリング、サイクリング等)」(20 件・35.7%) が最も多く、次いで「野外炊事場(キャンプ場含む)」(9 件・16.1%) となっていた。

表 1-11 活動場所別・月別にみた熱中症の発生件数

活動場所		6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
		件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
活動 エリア (屋内)	研修室	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
	体育館・ プレイホール・ 講堂	2	28.6	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	3	5.4
生活 エリア	宿泊室	0	0.0	1	3.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	2	3.6
	食堂	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
活動 エリア (屋外)	野外炊事場	0	0.0	6	18.2	3	23.1	0	0.0	0	0.0	9	16.1
	グラウンド・ 広場・コート等	0	0.0	0	0.0	3	23.1	0	0.0	0	0.0	3	5.4
	ロープスコース	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
	屋外運動コース (登山、 オリエンテーリング、 サイクリング等)	1	14.3	14	42.4	5	38.5	0	0.0	0	0.0	20	35.7
	川・河原・海上	1	14.3	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	3	5.4
その他		0	0.0	3	9.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	5.4
無回答・不明		2	28.6	5	15.2	0	0.0	0	0.0	2	100.0	9	16.1
計		7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(9) 活動内容別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

活動内容ごとに熱中症の発生件数をみたところ(表 1-12)、「オリエンテーリング・ウォークラリー」(18 件・32.1%) が最も多く、次いで「野外炊事」(6 件・10.7%)、「ナイトハイク」「スポーツ活動」(4 件・7.1%) であった。

表 1-12 活動内容別・月別にみた熱中症の発生件数

活動内容	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
オリエンテーリング・ウォークラリー	1	14.3	15	45.5	2	15.4	0	0.0	0	0.0	18	32.1
ナイトハイク	0	0.0	0	0.0	4	30.8	0	0.0	0	0.0	4	7.1
自然観察	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
散策	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
アドベンチャープログラム	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
カヌー	1	14.3	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	3	5.4
スポーツ活動	0	0.0	0	0.0	4	30.8	0	0.0	0	0.0	4	7.1
野外炊事	0	0.0	5	15.2	1	7.7	0	0.0	0	0.0	6	10.7
キャンプ	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8
創作活動(クラフト)	1	14.3	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
研修・学習活動	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
オリエンテーション	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
食事	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
朝の準備	1	14.3	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
就寝準備・就寝	0	0.0	1	3.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	2	3.6
その他	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
無回答・不明	0	0.0	4	12.1	0	0.0	0	0.0	2	100.0	6	10.7
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(10) 病院受診別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

熱中症による病院受診有無をみたところ（表 1-13）、「受診していない」（45 件・80.4%）が最も多く、次いで「受診後、日帰り」（7 件・12.5%）となっていた。熱中症の症状がみられたとしても、8 割が受診をせず活動を継続している一方、1 割が「受診後、日帰り」であった。

表 1-13 病院受診別・月別にみた熱中症の発生件数

病院受診	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
受診していない	5	71.4	28	84.8	11	84.6	1	100.0	0	0.0	45	80.4
受診後、日帰り	1	14.3	4	12.1	2	15.4	0	0.0	0	0.0	7	12.5
受診後、入院	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
無回答	1	14.3	1	3.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	4	7.1
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(11) 処置・静養後の対応別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

熱中症の処置・静養後の対応をみたところ（表 1-14）、「活動継続」（44 件・78.6%）が最も多く、次いで「帰宅」（10 件・17.9%）となっていた。

表 1-14 処置・静養後月別にみた熱中症の発生件数

処置・静養後	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
活動を継続した	6	85.7	25	75.8	13	100.0	0	0.0	0	0.0	44	78.6
帰宅した	1	14.3	8	24.2	0	0.0	1	100.0	0	0.0	10	17.9
無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	2	3.6
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(12) 発症した症状別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

発症した症状をみると（表 1-15）、「頭痛」（32 件・57.1%）が最も多く、次いで、「めまい・たちくらみ」（21 件・37.5%）、「吐き気がする」（17 件・30.4%）となっていた。

熱中症はその程度で大きく 4 つの病型（程度が低い順に「熱失神」、「熱けいれん」、「熱疲労」、「熱射病」）に分けられると言われている²⁾が、回答の多かった「頭痛」や「吐き気がする」については、「熱疲労」でよく確認される症状でもあることから、国立青少年教育施設における体験活動中では、中程度の症状がみられる。

表 1-15 発症した症状別・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

症 状	6 月 (n=7)		7 月 (n=33)		8 月 (n=13)		9 月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
めまい・たちくらみ	1	14.3	13	39.4	7	53.8	0	0.0	0	0.0	21	37.5
筋肉痛	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8
大量に汗をかく	1	14.3	6	18.2	1	7.7	0	0.0	0	0.0	8	14.3
手足のしびれ	1	14.3	1	3.0	2	15.4	0	0.0	0	0.0	4	7.1
倦怠感	3	42.9	11	33.3	2	15.4	0	0.0	0	0.0	16	28.6
頭痛	4	57.1	21	63.6	7	53.8	0	0.0	0	0.0	32	57.1
気分がすぐれない	2	28.6	5	15.2	1	7.7	1	100.0	0	0.0	9	16.1
吐き気がする	4	57.1	10	30.3	3	23.1	0	0.0	0	0.0	17	30.4
意識障害	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
けいれん	0	0.0	0	0.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	1	1.8
高体温（体に触ると熱い）	0	0.0	4	12.1	0	0.0	1	100.0	0	0.0	5	8.9
その他	2	28.6	2	6.1	1	7.7	0	0.0	0	0.0	5	8.9

(13) 熱中症の症状がみられた者の体温別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

熱中症の症状がみられた者の体温についてみると（表 1-16）、「36.5 度～36.9 度」「37.0～37.4 度」（いずれも 11 件・19.6%）となっていた。

表 1-16 熱中症の症状がみられた者の体温別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

体温	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
35.5 度～ 35.9 度	1	14.3	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	3	5.4
36.0 度～ 36.4 度	1	14.3	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	5.4
36.5 度～ 36.9 度	4	57.1	4	12.1	3	23.1	0	0.0	0	0.0	11	19.6
37.0 度～ 37.4 度	0	0.0	6	18.2	4	30.8	1	100.0	0	0.0	11	19.6
37.5 度～ 37.9 度	1	14.3	5	15.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	10.7
38.0 度～ 38.4 度	0	0.0	3	9.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	5.4
38.5 度～ 38.9 度	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
39 度以上	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8
無回答	0	0.0	10	30.3	5	38.5	0	0.0	2	100.0	17	30.4
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(14) 熱中症の症状がみられるまでの状況

症状がみられるまでの状況について自由記述を分析した結果、熱中症の発生過程は、①活動開始からおおむね 1 時間後に症状が現れるケース、②活動終了後や一定時間経過後に症状が現れるケース、③前日からの体調不良や疲労が影響しているケースの 3 つに分類することができる。

活動を始めてから 1 時間後に症状がでているケースでは、次のような記載があった。「水分をほとんど摂っておらず、1 時間ほどカヌーをしていた際、頭痛を訴えてきた」、「1 時間くらい歩いたら、頭痛がした」、「フォトラリーのため、町内を散策していて、1 時間程経った頃に、突然足に力が入らずフラつきだした」、「1 時間半外を歩いて熱中症になった」「1 時間位練習をして休憩時に動けなくなる」「試合を 1 時間して頭が痛くなった」「フィールドビンゴを開始して 1 時間経過した頃、体調不良を訴えた」。いずれも、活動開始から 1 時間程度の継続的な活動を行ったという点で共通している。

活動終了後や一定時間経過後に症状が出ているケースでは、次のような記載があった。「室内と室外での焼き板作り後、エアコンの中で昼食を食べた後、頭痛を訴えた」、「時間を短縮して屋外

で樹木オリエンテーリングを実施し、終了後は研修室で水分を取り休養したが頭痛の症状が現れた」、「オリエンテーリングが終わって、施設に戻って来た時に吐き気と頭痛を訴えた」。いずれも、時間差で症状が出たことが分かる。

前日からの体調不良や疲労が影響しているケースでは、次のような記載があった。「前日の深夜から吐き気と食欲不振、寝不足があった」、「前日の祭りに参加、踊りで疲労していた可能性あり」。熱中症は、当日の気温や活動内容のみで発症するのではなく、前日までの生活状況や体調の影響がでていることが分かった。

(15) 水分摂取状況の認識別・月別にみた熱中症の発生件数・割合

熱中症を発症した本人の活動前、活動中の水分摂取状況に関する指導者及び本人の認識をみたところ（表 1-17）、「分からない」（2 件・3.6%）は少なく、ほとんどの指導者・引率者及び本人が熱中症を発症した者の水分摂取状況について把握している傾向にあった。

表 1-17 水分摂取状況の認識別・月別にみた熱中症の発生件数

指導者の認識	6 月		7 月		8 月		9 月		無回答		計	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
十分にとれていた	3	42.9	17	51.5	6	46.2	0	0.0	0	0.0	26	46.4
まあまあとれていた	1	14.3	11	33.3	6	46.2	1	100.0	0	0.0	19	33.9
ほとんどとれていなかった	3	42.9	4	12.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	12.5
分からない	0	0.0	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	3.6
無回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	2	3.6
計	7	100.0	33	100.0	13	100.0	1	100.0	2	100.0	56	100.0

(16) 実施した対応別・月別にみた熱中症発生件数・割合

熱中症の症状がみられた際に実施した対応についてみると（表 1-18）、「水分・塩分の補給」および「涼しい場所への移動」（いずれも 52 件・92.9%）、「安静」（48 件・85.7%）が多かった。

表 1-18 実施した対応別・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

対応	6 月 (n=7)		7 月 (n=33)		8 月 (n=13)		9 月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
水分・塩分の補給	7	100.0	33	100.0	11	84.6	1	100.0	0	0.0	52	92.9
涼しい場所への移動	7	100.0	32	97.0	12	92.3	1	100.0	0	0.0	52	92.9
衣服を緩めて体を冷やす	4	57.1	20	60.6	8	61.5	0	0.0	0	0.0	32	57.1
安静	6	85.7	31	93.9	11	84.6	0	0.0	0	0.0	48	85.7
その他	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8

(17) 要因別・月別にみた熱中症発生件数・割合

熱中症の症状を引き起こした要因を、「本人」「指導・引率者」「装備等」「環境」の4つの視点から分析した。本人要因についてみると（表1-19）、「疲労」（32件・57.1%）が最も多く、次いで「不慣れ」（18件・32.1%）、「寝不足」（16件・28.6%）となっていた。指導者・引率者要因についてみると（表1-20）、「注意不足」（18件・32.1%）が最も多かった。装備等要因についてみると（表1-21）、「施設・整備等の欠陥・不良」（3件・5.4%）が最も多く、次いで「不適切な服装」、「装備不備」（いずれも2件・3.6%）となっていた。環境要因についてみると（表1-22）、「気温」（48件・85.7%）が最も多く、次いで「湿度」（26件・46.4%）、「天候（雨等）」（25件・44.6%）、「日差し」（21件・37.5%）となっていた。

表1-19 要因（本人）・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

本人要因	6月 (n=7)		7月 (n=33)		8月 (n=13)		9月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
不慣れ	1	14.3	15	45.5	2	15.4	0	0.0	0	0.0	18	32.1
寝不足	2	28.6	6	18.2	8	61.5	0	0.0	0	0.0	16	28.6
疲労	7	100.0	16	48.5	8	61.5	1	100.0	0	0.0	32	57.1
不安・心配・緊張	1	14.3	8	24.2	3	23.1	0	0.0	0	0.0	12	21.4
体力不足	3	42.9	6	18.2	5	38.5	0	0.0	0	0.0	14	25.0
アレルギー	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
水分不足	2	28.6	9	27.3	0	0.0	1	100.0	0	0.0	12	21.4
該当するものはない	0	0.0	4	12.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	7.1

表1-20 要因（指導・引率者）・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

指導者・引率者要因	6月 (n=7)		7月 (n=33)		8月 (n=13)		9月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
指導不足	0	0.0	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6
注意不足	3	42.9	9	27.3	6	46.2	0	0.0	0	0.0	18	32.1
経験不足	0	0.0	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	3.6
準備不足	1	14.3	2	6.1	1	7.7	0	0.0	0	0.0	4	7.1
該当するものはない	2	28.6	17	51.5	5	38.5	0	0.0	0	0.0	24	42.9

表 1-21 要因（装備等）・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

装備等要因	6 月 (n=7)		7 月 (n=33)		8 月 (n=13)		9 月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
不適切な服装	0	0.0	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	3.6
装備不備	0	0.0	1	3.0	1	7.7	0	0.0	0	0.0	2	3.6
装備不良(破損・劣化)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
施設・設備の欠陥・不良	1	14.3	2	6.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	5.4
該当するものはない	4	57.1	21	63.6	10	76.9	0	0.0	0	0.0	35	62.5

表 1-22 要因（環境）・月別にみた熱中症の発生件数（複数回答）

環境要因	6 月 (n=7)		7 月 (n=33)		8 月 (n=13)		9 月 (n=1)		無回答 (n=2)		計 (n=56)	
	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%	件	%
天候(雨等)	4	57.1	16	48.5	4	30.8	1	100.0	0	0.0	25	44.6
湿度	5	71.4	14	42.4	6	46.2	1	100.0	0	0.0	26	46.4
気温	5	71.4	29	87.9	13	100.0	1	100.0	0	0.0	48	85.7
日差し	4	57.1	11	33.3	6	46.2	0	0.0	0	0.0	21	37.5
高度(標高)	0	0.0	2	6.1	1	7.7	0	0.0	0	0.0	3	5.4
該当するものはない	0	0.0	1	3.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.8

Ⅲ．熱中症の特徴と今後の安全対策

1．熱中症の特徴と今後の安全対策

(1) 熱中症の特徴

本調査の結果から、青少年教育施設における熱中症の発生には、次のような特徴がみられた。

1つ目は、30℃以上の高温、湿度が60%以上において熱中症が発生していた。気温別では、30℃以上が57.1%であり、湿度別では60%台以上が51.8%であった。一方で、「ナイトハイク」においても熱中症が発生していた。その実施時間は20時であり、気温も27℃～29℃、湿度が50%未満であったことから、「ナイトハイク」を実施している環境条件だけではなく、日中の活動の環境下による疲労が影響した可能性もあることが考えられる。

2つ目は、「屋根がないところでの活動」と「火を扱う活動」において熱中症の発件数が多かった。その内容をみると、「オリエンテーリング・ウォークラリー」が32.1%であり、「野外炊事」が10.7%であった。また、「午前（9時～12時）の活動」、「午後（13時～16時）の活動」だけではなく、「食事」「就寝・就寝準備」「朝の準備」といった施設の生活時間帯でも、熱中症が起こりうる可能性があることが考えられる。

3つ目は、水分摂取に関する指導者・引率者及び本人の認識と実態の乖離が示唆された。指導者・引率者及び本人の認識としては、「十分にとれていた」「まあまあとれていた」と80.3%が回答しているにもかかわらず、実際には熱中症が発生していた。このことから、飲水の機会を設けるだけでなく、どのくらい飲むのか、いつ飲むのか、何を飲むのかをしっかりと把握することも必要であると考えられる。

(2) 今後の対策

本調査の結果を踏まえると、今後の熱中症の対策として、次のことがあげられる。

① 活動計画に関する対策

気温30度以上、湿度が60%以上での活動時は特に注意が必要であるが、熱中症は活動終了後や一定時間経過後に時間差で症状が出ている。このことから、個々の活動としてとらえるのではなく、活動の組み合わせによる一日の活動を考慮することが重要である。例えば、午前、午後の両方で負荷のある活動が連続しないように調整をすることや、休憩時間や休憩場所を念頭に活動計画をすることが有効であると考えられる。

② 健康管理に関する対策

「食事」や「準備」の場面も疲労や体調の変化をチェックできる機会になる。したがって、「食事」や「準備」においても積極的に声をかけたり表情・行動の観察をしたり、健康チェックを細やかに行う必要がある。

③ 水分・塩分摂取に関する対策

日本スポーツ協会の『スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック』では、「子どもの口渇感

は、大人に比べて特に劣るものではない」と示されている²⁾。このことを踏まえると、喉が渇く前に自由に飲水する工夫や、遠慮なく水分を摂取できる雰囲気づくりが重要である。

一方で、青少年教育施設では、子供たちが活動に熱中してしまい、水分補給を忘れてしまう場合や後回しにしてしまう場合があることへの対策も重要である。例えば、ウォークラリーなど時間や達成度を競う活動では、チェックポイントでの飲水を義務づけるなど、プログラム自体に水分補給を組み込む工夫が有効であると考えられる。

参考文献

- 1) 阿部麻由里 (2025) 「国立青少年教育施設で発生した熱中症に関する調査報告」
https://yoyogi-steam-lab.niye.go.jp/wp-content/uploads/2025/05/nettyusyou_zentai.pdf
(最終閲覧日：2026年3月30日)
- 2) 公益財団法人日本スポーツ協会 (2025) 「子どもの水分補給」『スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック』
https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/supoken/doc/heatstroke/heatstroke_6.pdf
(最終閲覧日：2026年3月30日)

熱中症アンケート

1. 熱中症の症状がみられた方について

1-1. 熱中症の症状がみられた方の情報をお書きください。(いずれかの選択肢を選ぶ)

- ・活動している施設名：()
- ・性別：1. 男 2. 女 3. 答えたくない
- ・年代：1. 幼児 2. 小学生 3. 中学生 4. 高校生 5. 大学生等 6. 社会人 7. その他

1-2. 熱中症の症状がみられた日時、環境、活動場所、活動内容、対応等をお答えください。

- ・日時：20 年 月 日 時頃(24 時間表記)
- ・利用形態：1. 日帰り 2. 宿泊 日程：全 日中 日目
- ・天候：1. 晴 2. 曇 3. 雨 ・環境：1. 屋内 2. 屋外 ・気温： 度 ・湿度： %
- ・活動場所：
- ・活動内容：
- ・病院の受診状況：1. 無 2. 有(日帰り) 3. 有(入院)
- ・熱中症の処置・静養後の状況：1. 活動継続 2. 帰宅

2. 熱中症として現れた症状について

2-1. 以下から当てはまる「症状」をお答えください。(〇はいくつでも)

1. めまい・たちくらみ 2. 筋肉痛 3. 大量に汗をかく 4. 手足のしびれ 5. 倦怠感 6. 頭痛 7. 気分がすぐれない 8. 吐き気がする 9. 意識障害 10. けいれん 11. 高体温(体に触ると熱い) 12. その他()

2-2. 熱中症の症状がみられた方の体温を記入してください。分からない場合は、入力不要です。

()℃

2-3. 熱中症の症状(2-1の症状)がみられるまでの状況について詳しく教えてください。(何をどのくらいの時間して、どのような体調の変化が見られたのか)

2-4. 熱中症を発症した本人は活動前、活動中水分をとっていましたか。

- 1. 十分にとれていた 2. まあまあとれていた 3. ほとんどとれていなかった 4. 分からない

2-5. 熱中症の症状(2-1.の症状)がみられてから実施した対応についてお答えください。(〇はいくつでも)

- 1. 水分・塩分の補給 2. 涼しい場所への移動 3. 衣服を緩めて体を冷やす 4. 安静 5. その他()

3. 要因について

3-1. 以下の中に熱中症を引き起こしたと思う要因があれば、当てはまるものをすべてお選びください。(〇はいくつでも)

【本人】 1. 不慣れ 2. 寝不足 3. 疲労 4. 不安・心配・緊張 5. 体力不足 6. アレルギー

7. 水分不足

【指導・引率者】 8. 指導不足 9. 注意不足 10. 経験不足 11. 準備不足

【装 備 等】 12. 不適切な服装 13. 装備不備 14. 装備不良（破損・劣化） 15. 施設・設備の欠陥・不良

【環境】 16. 天候(雨等) 17. 湿度 18. 気温 19. 日差し 20. 高度(標高)

【その他】 21. その他 (1.～19.以外の要因があれば) ()

「国立青少年教育施設で発生した熱中症に関する調査報告書（令和7年度調査）」 実施体制

国立青少年教育振興機構 総務部総務課
国立青少年教育振興機構 財務部財務課
国立青少年教育振興機構 教育事業部事業企画課
国立青少年教育振興機構 青少年教育研究センター

（分析・執筆）

高橋 旺子 国立青少年教育振興機構青少年教育研究センター企画室総務係
（兼）研究員
青木 康太朗 国立青少年教育振興機構青少年教育研究センター客員研究員
國學院大學人間開発学部子ども支援学科教授

「国立青少年教育施設で発生した熱中症に関する調査（令和7年度調査）」 報告書

令和8年3月

編集・発行／お問い合わせ先

独立行政法人国立青少年教育振興機構

〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1

（アンケート内容・分析以外に関すること）総務部総務課総務係

電話番号 03-6407-7622

E-mail honbu-soumukakari@niye.go.jp

（アンケート内容・分析に関すること） 青少年教育研究センター

電話番号 03-6407-7613 FAX 03-6407-7619

E-mail kenkyu-soumu@niye.go.jp
