

今夏の暑さ：「酷」を3つ重ねたくなる「酷暑」

2025/8/31 暑さに負けまい老人

今日は、8月31日。8月最終日というのに、東京、熊谷の最高予想気温は37℃（下図参照；Ref.1）。7月から始まった暑さは、異常ものです。「酷」を3つ重ねたくなる「酷暑」です。

日本全体の7月平均気温も1898年の統計開始以降最も高くなりました。1991～2020年の30年平均値である基準値より、2.89℃も高い値です（右下図参照；Ref.2）。地球温暖化の影響でしょうか。現在は、温暖化でなく「地球沸騰化」と表現する人もいる状況です。

暑さを表す漢字には、猛暑、酷暑、激暑（劇暑）、炎暑、極暑があります。これらの中で、最高位は「極暑」で、文字通り「これ以上はない」という限界の暑さを表現します。気温が40℃を超えるような異常な状況や、体感的に耐え難いレベルの暑さを強調したい時に限定されます。

その他にも、いろいろな暑さを表現する漢字があります(Ref.3)。

烈暑：厳しく激しい暑さ

厳暑：厳しい暑さ

甚暑：程度を超えて甚だしい暑さ

焦暑：焦げつくような暑さ

早暑：日照りによる大変な暑さ

蒸暑：湿度を伴った不快な暑さ

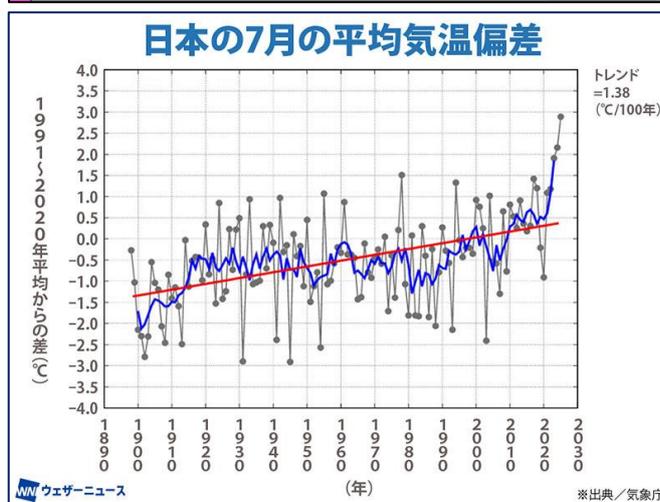
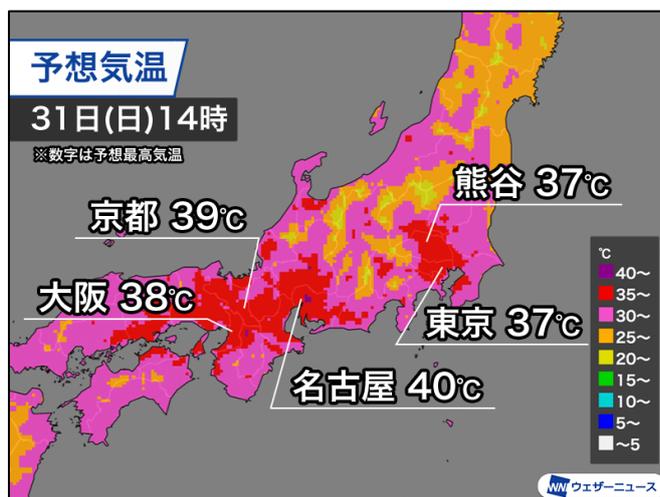
熱暑：太陽の熱や日差しの強さによるによる大変な暑さ

溽暑：夏の日の気温の上昇に高い湿気が加わった、極めて不快で蒸すような暑さ

また、単純な温度の高低ではなく、その時々空気感や季節の移ろいまで含めた暑さもあります。

薄暑：最も軽やかな暑さ。「季節が初夏になりじんわりと汗ばむ程度の暑さ」を意味し、俳句では「初夏」の季語として親しまれています。

大暑：他の暑さ表現とは異なり、季節感を持っています。一般的な「厳しい暑さ」という意味に加えて、二十四節気の12番目として7月23日頃から8月7日頃までの期間を指す暦の用語でもあります。



気象庁では、最高気温が35℃以上の日を猛暑日、30℃以上の日を真夏日、25℃以上の日を夏日としています(Ref.4)。また、「災害級の暑さ」があります。これは、命に関わる深刻な健康被害を引き起こす異常な高温状態を指し、気象庁や環境省の基準では暑さ指数(WBGT；湿度・日射・気温の3要素を組み合わせた指標で、人体の熱ストレスをより正確に反映)が31以上とされています。この状態では熱中症のリスクが非常に高まります。特に高齢者や体調の優れない人々にとっては、安静時でも危険が及び可能性があります。

さらには、修飾語を付けた多様な表現の暑さがあります。

表 現	ニュアンス・意味
うだるような暑さ	まるで体が溶けそうなほどの不快な暑さ
焼けつくような暑さ	皮膚が焼けるような強烈な日差し
蒸し風呂のような暑さ	湿度が高く、息苦しい蒸し暑さ
じりじりと焼かれるような暑さ	太陽光が肌を焦がすような感覚
まとわりつくような暑さ	空気が重く、体にまとわりつくような不快感
息もできないような暑さ	酷暑で呼吸すら苦しいほどの暑さ
地獄のような暑さ	極端に過酷で耐えがたい暑さ(比喩的)
夏の獣が唸るような暑さ	詩的・文学的な表現で、自然の猛威を感じさせる暑さ

さて、皆さんにとって、今年の夏は、どの様な暑さでしょうか？



参考文献

Ref.1 [日本歴代最高気温を大幅更新、この夏の異例の猛暑は地球温暖化の影響？ - ウェザーニューズ](#)

Ref.2 [気候変動とは 地球温暖化で異常気象頻発 - 日本経済新聞](#)

Ref.3 [暑さを表現する言葉 - うますたゆます](#)

Ref.4 [猛暑日・真夏日・夏日の違いは？定義や日数、期間、注意点をわかりやすく解説\(季節・暮らしの話題 2025年08月04日\) - 日本気象協会 tenki.jp](#)