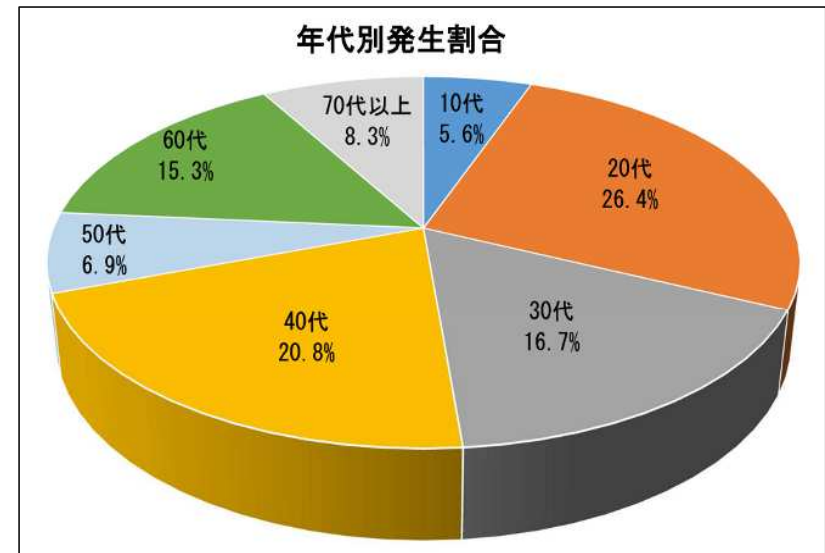
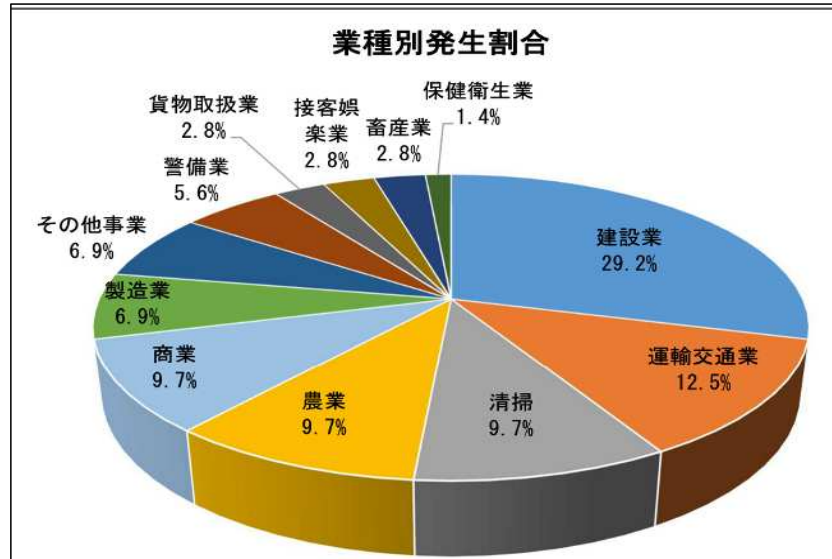
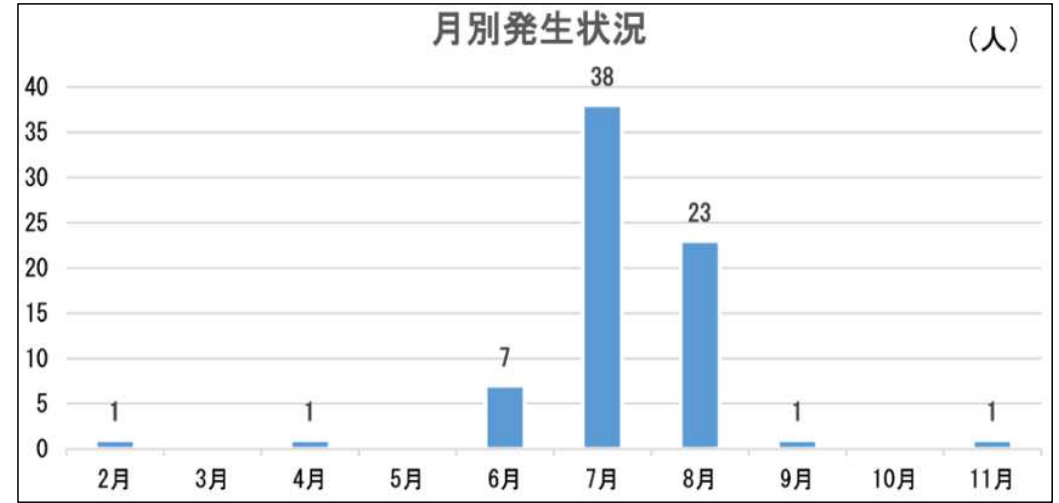
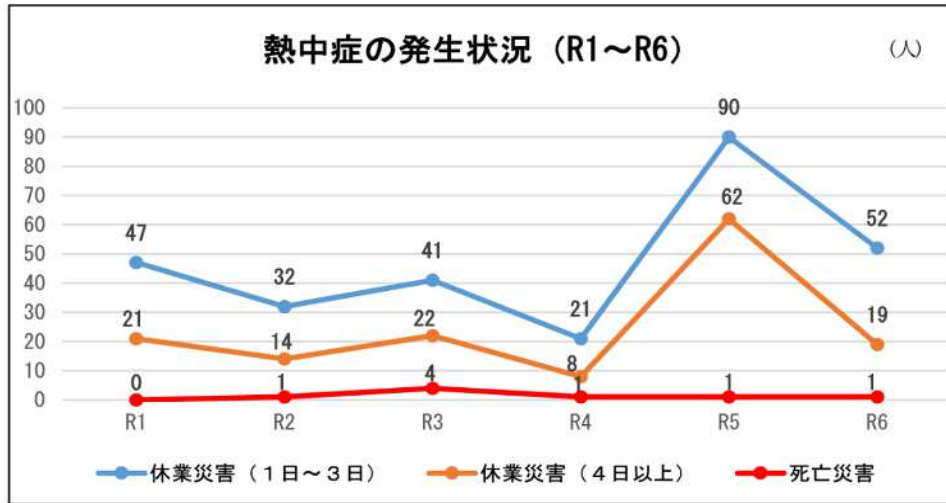


熱中症対策(改正規則関係)について

北見労働基準監督署 安全衛生課

令和7年6月

熱中症発生状況（道内）



ほ場の石除去作業中に熱中症となる

発生日・時刻	事故の型	起因物	元請・下請
7月下旬 午前11時台	高温・低温の物との接触	高温・低温環境	下請
被災者職種・年齢	傷病名	死亡・休業	経験年数
作業員 20歳代後半	熱中症	死亡	10年

● 災害の発生状況

- ほ場整備工事現場において、同僚8名とともに、ほ場内の石を手で拾ってトラクター・ショベルのバケットに投げ入れる除石作業に従事していた。
約20分間でバケットが満杯になるので、作業員は約20分間除石作業を行なって約5分間休憩するというサイクルを繰り返していた。
- 当日は、午前8時15分から作業を開始し、午前10時50分頃から30分の休憩に入った。
作業員はほ場の畔に座って休んでいたが、午前11時頃被災者が体調不良を告げ、ほ場近くに止めてあった社有車（ワゴン車）へ向かった。
被災者がふらついていたので、同僚が社有車の座席に寝かせ、エアコンを稼働させて被災者の首や脇を保冷剤で冷やした。
その後、被災者が意識したため救急車を呼び、午前11時35分頃救急車で病院へ搬送したが、熱中症により死亡した。
- 午前11時頃の当該地域の気象状況は、晴れ、気温27.1度、黒球寒暖計温度42.6度、風速1.9m、WBGT値28.4度であった。

● 原因

- 直射日光が当たり、WBGT値が高い状況下で作業を行っていたこと。
- 頻繁に休憩を取っていたが、休憩場所が直射日光の当たる屋外であったこと。
- 暑熱順化が不十分な状態で、作業を行っていたこと。

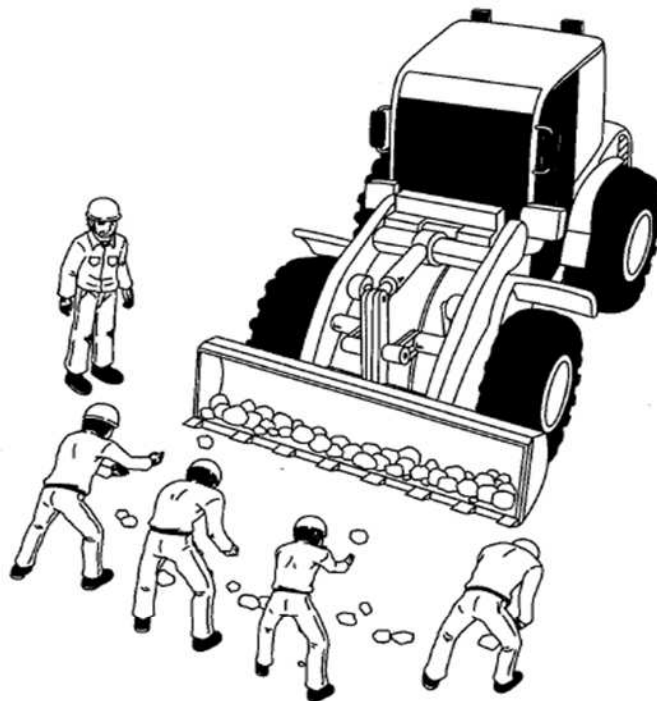
● コメント

当該地域のWBGT値が28.4度（厳重警戒）であったことから、現場付近も熱中症の発生しやすい状況であり、特に被災者は入場初日で、暑熱順化（体が暑さに慣れること）が出来ていなかったものである。

熱中症対策として、仮設テントやエアコン付きの休憩室を設け、経口補水液、塩飴等を配置していたが、作業現場から離れていたため作業員は利用していなかった。作業の実態に応じた対策を講ずることが重要である。

また、熱中症対策として「こまめな水分補給」が挙げられるが、水分だけを補給しているとかえって症状を悪化させることがあるので注意が必要である。

大量に汗をかくと、体内の水分とともに塩分やミネラルも奪われてしまう。
そこに水分だけを補給すると血液中の塩分・ミネラル濃度が低くなり、体は塩分・ミネラル濃度を上げるため水分を排出しようとする。「発汗→水分補給→塩分・ミネラル濃度の低下→発汗」という悪循環になってしまふことになる。



※ WBGT(暑さ指数) Wet-Bulb Globe Temperature (湿球黒球温度) の略

黒球温度、湿球温度、乾球温度の3種類の測定値から算出する。

黒球温度は、直射日光にさらされた状態での温度で、弱風時の日なたにおける体感温度と相関している。湿球温度は、空気が乾いているときほど、気温(乾球温度)との差が大きくなり、汗が蒸発する時に感じる涼しさ度合いを表している。乾球温度は、通常の気温を表している。

屋外での算出式

$WBGT(℃) = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$

WBGT値 25℃未満…注意、25～28℃…警戒、28～31℃…厳重警戒、31℃以上…危険

死亡災害事例

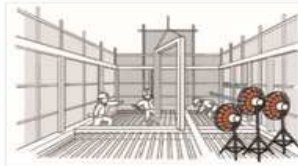
建設業労働災害防止協会北海道支部
令和4年発生分建設業の死亡災害事例集より

第2 熱中症予防対策

1 作業環境管理

(1) WBGT値の低減等

屋外の高温多湿作業場所においては、直射日光並びに周囲の壁面及び地面からの照り返しを遮ることができる簡易な屋根等を設けること。



(2) 休憩場所の整備等

高温多湿作業場所の近隣に冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所を設けること。



3 健康管理

(1) 健康診断結果に基づく対応等

(2) 日常の健康管理等

睡眠不足、体調不良、前日等の飲酒、朝食の未摂取等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることに留意の上、日常の健康管理について指導を行うとともに、必要に応じ健康相談を行うこと。



(3) 労働者の健康状態の確認

(4) 身体状況の確認

職場における熱中症予防基本対策要綱より

2 作業管理

(1) 作業時間の短縮等

(2) 暑熱順化

高温多湿作業場所において労働者を作業に従事させる場合には、暑熱順化（熱に慣れ当該環境に適応すること）の有無が、熱中症の発症リスクに大きく影響することを踏まえ、計画的に暑熱順化期間を設けることが望ましいこと。

(3) 水分及び塩分の摂取

自覚症状の有無にかかわらず、水分及び塩分の作業前後の摂取及び作業中の定期的な摂取を指導すること。

(4) 服装等

熱を吸収し、又は保熱しやすい服装は避け、透湿性及び通気性の良い服装を着用させること。



(5) 作業中の巡視

4 労働衛生教育

労働者を高温多湿作業場所において作業に従事させる場合には、適切な作業管理、労働者自身による健康管理等が重要であることから、作業を管理する者及び労働者に対して、あらかじめ次の事項について労働衛生教育を行うこと。

(1) 熱中症の症状

(2) 熱中症の予防方法

(3) 緊急時の救急処置

(4) 熱中症の事例



職場における 熱中症予防基本対策要綱に基づく取り組み

第1 WBGT値(暑さ指数)の活用

WBGT基準値とは

暑熱環境による熱ストレスの 評価を行う暑さ指数のこと

日本産業規格JIS Z 8504を参考に実際の作業現場で測定
実測できない場合には、熱中症予防情報サイト等で
WBGT基準値を把握。

WBGT基準値の活用方法

表1-1に基づいて 身体作業強度とWBGT基準値を比べる

基準値を超える場合には

- ・冷房等により当該作業場所のWBGT基準値の低減を図ること
- ・身体作業強度(代謝率レベル)の低い作業に変更すること(表1-1参照)
- ・WBGT基準値より低いWBGT値である作業場所での作業に変更すること

表1-1 身体作業強度等に応じたWBGT 基準値

区分	身体作業強度(代謝率レベル)の例	各身体作業強度で作業する場合のWBGT値の目安の値	
		暑熱順化者のWBGT基準値℃	暑熱非順化者のWBGT基準値℃
0 安静	安静、楽な座位 	33	32
1 低代謝率	・軽い手作業(書く、タイピング等) ・手及び腕の作業 ・腕及び脚の作業 など 	30	29
2 中程度代謝率	・継続的な手及び腕の作業 [くぎ(釘)打ち、盛土] ・腕及び脚の作業、 腕と胴体の作業 など 	28	26
3 高代謝率	・強度の腕及び胴体の作業 ・ショベル作業、ハンマー作業 ・重量物の荷車及び手押し車を 押したり引いたりする など 	26	23
4 極高代謝率	・最大速度の速さでの とても激しい活動 ・激しくシャベルを使ったり 掘ったりする など 	25	20

それでも基準値を超えてしまうときには **第2 熱中症予防対策** を行う。

[導入しやすい熱中症対策事例紹介 | 職場における熱中症 予防情報 \(mhlw.go.jp\)より](https://neccyusho.mhlw.go.jp/case/r3-index/)

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/case/r3-index/>

熱中症対策の一例



【写真5】WBGT 値測定状況（屋外・日陰無し）

- 作業に先立ち、“炎天下での作業を中止” “作業中止” とすべき WBGT 値の基準を定め、運用している。（建設業）【写真5】



【写真6】日よけの設置



【写真7】業務用扇風機・スポットクーラーを設置

- 屋外作業では、日陰を作るために簡易の屋根の取り付け、日陰を確保している。（建設業）【写真6】
- スポットクーラーは冷風が出るが、本体から熱が発生することや、消費電力が大きいことから、排熱がなく、消費電力が少ない低消費電力冷風機を多数設置している。（運輸業）



【写真21】冷蔵庫の設置/塩飴常備

【写真22】クーラーボックスを設置

【写真23】経口補水液等を会社支給で常備

【写真24】塩タブレット等の設置

■ 休憩場所の常備品

- 塩飴、保冷剤、経口補水液、体温計、血圧計を会社で購入して常備している。（建設業）
【写真21.22.23.24】
- 保冷剤、経口補水液、塩分入りゼリー飲料、塩飴、非接触式体温計を常備している。（建設業）【写真25】



【写真39】ヘルメットに日よけ用の布

- 服装メーカーと相談しながら、速乾性があり熱がこもらない制服の改良等の工夫をしている。(運輸業)
- 会社ネームやロゴ入りのファン付き作業服を、従業員及び下請作業員分にも無償で支給した。(建設業)【写真37.38】
- 保冷剤付きベストを使用している。(製造業)
- 炎天下では、首筋を保護するためヘルメットの背中側に装着する日よけ用の布を着用させている。(建設業)【写真39】
- ヘルメットに首筋を日射から保護するための日よけ用の布を着用させている。(建設業)

熱中症防止チェックシート ()		作業所名 ()		令和 3 年 月 日 () no.		
一次協力会社 ()		所属協力会社 ()		職長氏名 ()		
作業員氏名						
以前熱中症になった事が		ある ・ ない		ある ・ ない		
作業員 チェック 欄	昨晩の 状況	1. 昨日の帰宅時間は	7時前・7時台・8時台 9時台・10時以降	7時前・7時台・8時台 9時台・10時以降	7時前・7時台・8時台 9時台・10時以降	
		2. 夕食は食べたか	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった
		3. 水分は取ったか	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類
		4. お酒は飲んだか	飲んだ・飲まなかった	飲んだ・飲まなかった	飲んだ・飲まなかった	飲んだ・飲まなかった
		※飲んだ方のみ (どの位飲んだか) →	ビ・レ (350ml缶) 缶 お酒 (コップ) 杯 焼酎 (水割) 杯 ウイスキー (水割) 杯 その他 () 杯	ビ・レ (350ml缶) 缶 お酒 (コップ) 杯 焼酎 (水割) 杯 ウイスキー (水割) 杯 その他 () 杯	ビ・レ (350ml缶) 缶 お酒 (コップ) 杯 焼酎 (水割) 杯 ウイスキー (水割) 杯 その他 () 杯	ビ・レ (350ml缶) 缶 お酒 (コップ) 杯 焼酎 (水割) 杯 ウイスキー (水割) 杯 その他 () 杯
	今朝の 状況	5. 何時頃就寝したか	20時台・21時台 22時台・23時以降	20時台・21時台 22時台・23時以降	20時台・21時台 22時台・23時以降	20時台・21時台 22時台・23時以降
		1. 何時に起床したか	4時前・4時半・5時 5時半・6時以降	4時前・4時半・5時 5時半・6時以降	4時前・4時半・5時 5時半・6時以降	4時前・4時半・5時 5時半・6時以降
		睡眠時間は→	4時間以下・5時間台 6時間台・7時間以上	4時間以下・5時間台 6時間台・7時間以上	4時間以下・5時間台 6時間台・7時間以上	4時間以下・5時間台 6時間台・7時間以上
		2. 朝食は食べたか	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった	食べた・食べなかった
		3. 朝礼が始まるまでに 水分は取ったか	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類・レ・ド・リク	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類・レ・ド・リク	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類・レ・ド・リク	なし・水・味噌汁 緑茶・麦茶・コーヒー ジュース類・レ・ド・リク
	4. 食欲はあるか	ある・余りない・ない	ある・余りない・ない	ある・余りない・ない	ある・余りない・ない	
	5. 今日の体調は良いか	良い・普通 だるい・風邪気味	良い・普通 だるい・風邪気味	良い・普通 だるい・風邪気味	良い・普通 だるい・風邪気味	
	睡眠時間、食事、水分補給を十分行っていないと、熱中症に罹る危険があります。 作業員を行っても大丈夫ですか？ 大丈夫な方は、まず水分を十分に補給してから作業を開始して下さい。					
職長 チェック 欄	熱 意 い い … ×○	始業時	10時	休憩 15時		
		1. 異常に汗をかいていないか				
		2. 水分を十分に補給していないか				
		3. 体調 (頭痛、嘔吐、吐き気) に異常はないか				
4. 服装はきちんと着ているか						

気温が30℃以上になる時は1時間毎に水分補給休憩を取らせると、気温が33℃以上になる時は30分毎に水分補給休憩を取らせること。
作業員の様子がおかしいと感じた時は速く元請に連絡し、速やかに医師の診察を受けさせること。

- 作業員の健康状態を、作業開始前や昼休み・巡視時等にチェックシートで確認している。
『飲酒はどのくらいしたか、食事はしたか、何時間寝たか』など熱中症対策を含む事項を記載させている。記載したチェックシートは責任者が確認している。（建設業）【写真40】
- 作業員には適正配置通知書（一般社団法人全国建設業協会統一様式）を必ず提出させている。ここに記載された健康管理上の情報により作業開始前に責任者が内容を確認して就業の配慮をしている。（建設業）
- 危険作業に関する就業制限を設け、各協力会社へも通知している。年齢、血圧、持病などを記入した作業員名簿を工事初日の作業前に提出させ、責任者が内容確認、判断の上、作業を許可している。（製造業）
- 高血圧と診断されている作業員は、毎朝入場時に血圧測定し、記録している。（建設業）

熱中症による 死亡災害の多発を踏まえた対策の強化について

職場における 熱中症による死亡災害の傾向

- ・死亡災害が2年連続で30人レベル。
- ・熱中症は死亡災害に至る割合が、他の災害の約5～6倍。
- ・死亡者の約7割は屋外作業であるため、気候変動の影響により更なる増加の懸念。

ほとんどが
「初期症状の放置・対応の遅れ」

早急に求められる対策

「職場における熱中症予防基本対策要綱」や「STOP! 熱中症クールワークキャンペーン実施要綱」で実施を求めている事項、現場で効果を上げている対策を参考に、

現場において
死亡に至らせない(重篤化させない)ための
適切な対策の実施が必要。

熱中症死亡災害(R2-R5)の分析結果



100件の内容は以下のとおり



熱中症対策(体制整備等)義務化
令和7年6月1日から施行

第五章 温度及び湿度

(温湿度調節)

第六百六条 事業者は、暑熱、寒冷又は多湿の屋内作業場で、有害のおそれがあるものについては、冷房、暖房、通風等適当な温湿度調節の措置を講じなければならない。

(気温、湿度等の測定)

第六百七条

(ふく射熱からの保護)

第六百八条

(加熱された炉の修理)

第六百九条

(給湿)

第六百十条

(坑内の気温)

第六百十一条

(坑内の気温測定等)

第六百十二条

(熱中症を生ずるおそれのある作業)

第六百十二条の二 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、あらかじめ、当該作業に従事する者が熱中症の自覚症状を有する場合又は当該作業に従事する者に熱中症が生じた疑いがあることを当該作業に従事する他の者が発見した場合にその旨の報告をさせる体制を整備し、当該作業に従事する者に対し、当該体制を周知させなければならない。

2 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、あらかじめ、作業場ごとに、当該作業からの離脱、身体の冷却、必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせることその他熱中症の症状の悪化を防止するために必要な措置の内容及びその実施に関する手順を定め、当該作業に従事する者に対し、当該措置の内容及びその実施に関する手順を周知させなければならない。

施行	令和7年6月1日から
根拠条文	労働安全衛生法第22条第2号
罰則	労働安全衛生法第119条

対象となるのは

「WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で
連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施」が見込まれる作業



職場における熱中症予防基本対策要綱より
(労働安全衛生規則第612条の2の新設と熱中症対策)

労働安全衛生規則
第606条
(屋内作業場の温湿度調節)
規則の解釈は従前と変わ
らないが、新設された労
働安全衛生規則第612条の
2における熱中症を生ず
るおそれがある作業の定
義が解釈として追加され
る。(対象範囲拡大。)

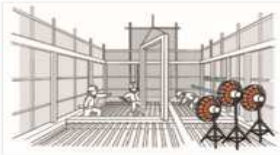
労働安全衛生規則第35
条第7号関係
(事故時等における応急
措置等)
新設された労働安全
衛生規則第612条の2に
おける措置の内容を含
めた教育が、雇入れ時
や、作業方法変更時の
安全衛生教育として必要
となる。

第2 熱中症予防対策

1 作業環境管理

(1) WBGT値の低減等

屋外の高温多湿作業場所においては、直射日光並びに周囲の壁面及び地面からの照り返しを遮ることができる簡易な屋根等を設けること。



(2) 休憩場所の整備等

高温多湿作業場所の近隣に冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所を設けること。



3 健康管理

(1) 健康診断結果に基づく対応等

(2) 日常の健康管理等

睡眠不足、体調不良、前日等の飲酒、朝食の未摂取等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることに留意の上、日常の健康管理について指導を行うとともに、必要に応じ健康相談を行うこと。



(3) 労働者の健康状態の確認

(4) 身体の状態の確認

2 作業管理

(1) 作業時間の短縮等

(2) 暑熱順化

高温多湿作業場所において労働者を作業に従事させる場合には、暑熱順化(熱に慣れ当該環境に適應すること)の有無が、熱中症の発症リスクに大きく影響することを踏まえ、計画的に暑熱順化期間を設けることが望ましいこと。

(3) 水分及び塩分の摂取

自覚症状の有無にかかわらず、水分及び塩分の作業前後の摂取及び作業中の定期的な摂取を指導すること。

(4) 服装等

熱を吸収し、又は保熱しやすい服装は避け、透湿性及び通気性の良い服装を着用させること。



(5) 作業中の巡視

4 労働衛生教育

労働者を高温多湿作業場所において作業に従事させる場合には、適切な作業管理、労働者自身による健康管理等が重要であることから、作業を管理する者及び労働者に対して、あらかじめ次の事項について労働衛生教育を行うこと。

(1) 熱中症の症状

(2) 熱中症の予防方法

(3) 緊急時の救急処置

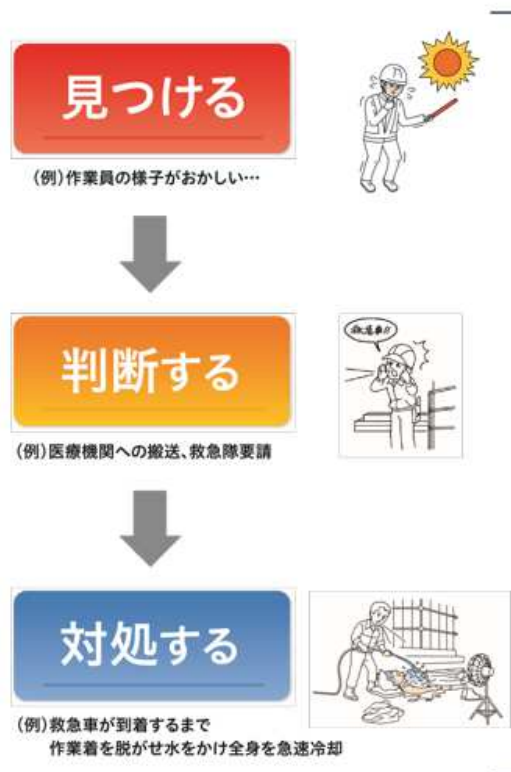
(4) 熱中症の事例



労働安全衛生規則第612条の2
(報告や救命の手順、その体制の整備、関係者への周知等)

今回の労働安全衛生規則の改正について

基本的な考え方



現場の実態に
即した
具体的な対応

現場における対応

熱中症のおそれがある労働者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、以下の「体制整備」、「手順作成」、「関係者への周知」が事業者には義務付けられます。

1

「熱中症の自覚症状がある作業員」や
「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」が
その旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

※報告を受けるだけでなく、職場巡視やパディ制の採用、ウェアラブルデバイス等の活用や双方向での定期連絡などにより、熱中症の症状がある作業員を積極的に把握するように努めましょう。

2

熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ確かな判断が可能となるよう、

- ① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
- ② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順の作成及び関係作業員への周知

※参考となるフロー図を2つ掲載していますが、これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。

※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応が推奨されます。

※同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講じることとします。

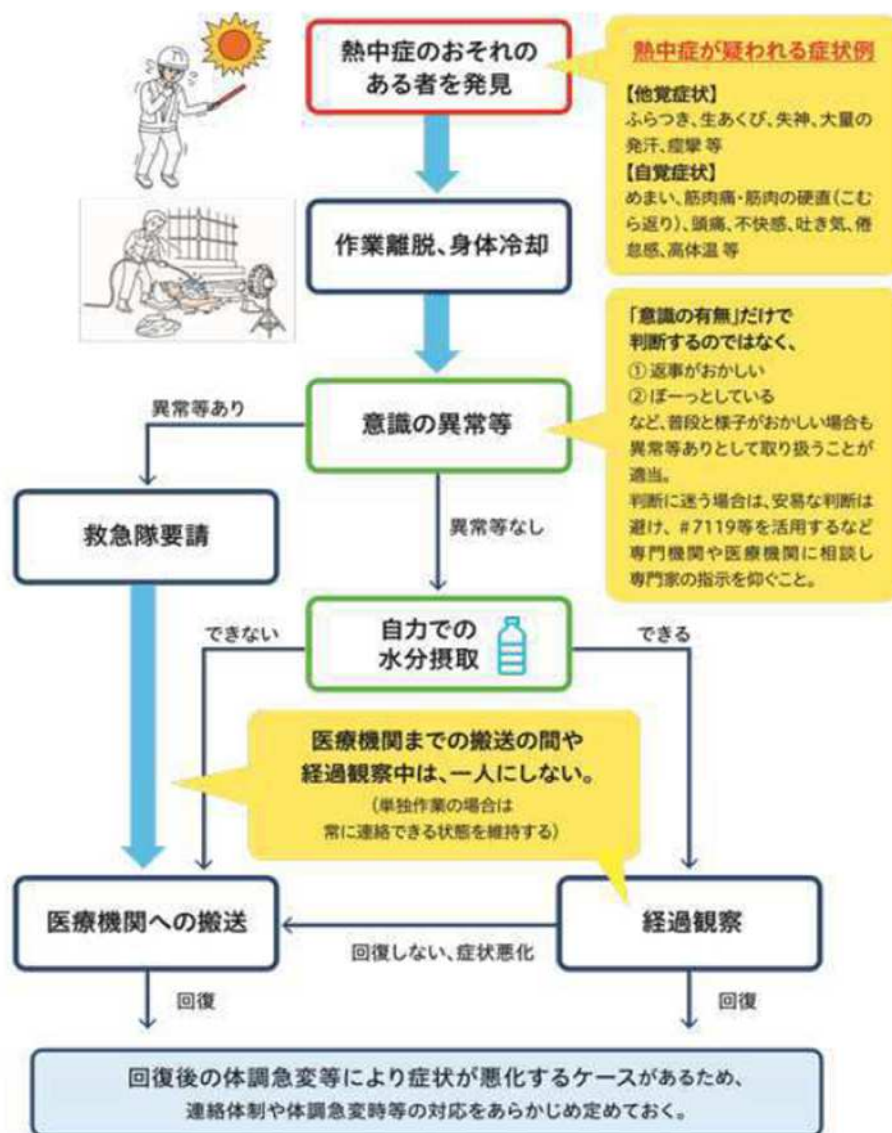
対象となるのは

「WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で
連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施」が見込まれる作業

熱中症発生時（疑いを含む） の報告先	
責任者	〇〇 〇〇 （電話 000-0000-0000）
代理	〇〇 〇〇 （電話 000-0000-0000）

状況
判断
実施事項

責任者	〇〇 〇〇 （電話 000-0000-0000）
医療機関	〇〇病院 住所：〇〇市〇〇町〇-〇 電話：0000-00-0000



熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図①

熱中症発生時（疑いを含む）
の報告先

責任者 ○○ ○○
（電話 000-0000-0000）

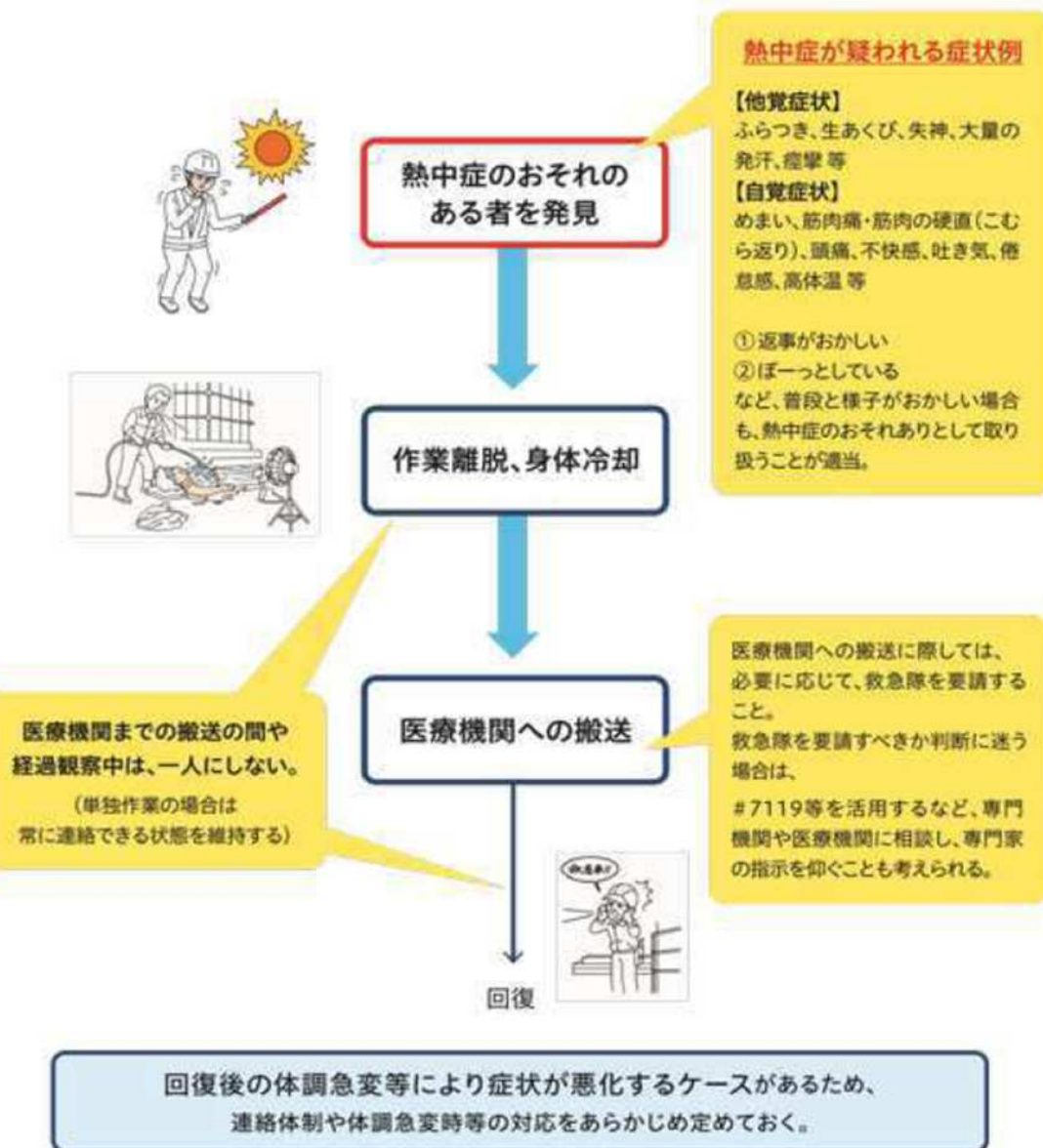
代理 ○○ ○○
（電話 000-0000-0000）

状況

実施事項

責任者 ○○ ○○
（電話 000-0000-0000）

医療機関
○○病院
住所：○○市○○町○-○
電話：0000-00-0000



熱中症のおそれのある者に対する処置の例
フロー図②

手順や連絡体制の周知の一例



【朝礼やミーティングでの周知】



【会議室や休憩所などわかりやすい場所への掲示】

件名: 本日はWBGT値が28℃を超える見込みです

皆様お疲れ様です。
本日のWBGT基準値は0℃です。
作業時には充分に気をつけて、
水分補給及び休憩をしっかりと
お願いします。
体調不良者が発生した場合は、
フロー図に基づき対応いただき、
〇〇さん(000-0000-0000)へ
連絡するようにお願いします。
それでは本日もよろしくお願いいたします。



【メールやイントラネットでの通知】

基 発 0520 第 6 号
令和 7 年 5 月 20 日

都道府県労働局長 殿

厚生労働省労働基準局長
(公 印 省 略)

労働安全衛生規則の一部を改正する省令の施行等について

労働安全衛生規則の一部を改正する省令（令和 7 年厚生労働省令第 57 号。以下「改正省令」という。）については、令和 7 年 4 月 15 日に公布され、同年 6 月 1 日から施行することとされたところである。その改正の趣旨、内容等については、下記のとおりであるので、関係者への周知徹底を図るとともに、その運用に遺漏なきを期されたい。

記

第 1 改正の趣旨

職場における熱中症による労働災害は、近年の気候変動の影響から、夏期において気温の高い日が続く中、ここ数年は増加傾向にあり、令和 6 年における休業 4 日以上之死傷災害は、1,195 人と調査開始以来最多となっている。特に、死亡災害については、3 年連続で 30 人以上となっており、労働災害による死亡者数全体の約 4 % を占める状況にあるなど、その対策が重要となっている。熱中症による死亡災害の原因の多くは、初期症状の放置、対応の遅れによることから、熱中症の重症化を防止し、死亡災害に至らせないよう、熱中症による健康障害の疑いがある者の早期発見や重篤化を防ぐために事業者が講ずべき措置等について、新たな規定を設けるものである。

第 2 改正省令の概要

1 事業者が熱中症による健康障害を防止するために講ずるべき体制整備と関係作業員への周知

事業者は、熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、あらかじめ、当該作業に従事する者が熱中症の自覚症状を有する場合又は当

改正労働安全規則の詳細について

3. 熱中症の症状と重症度分類

重症度	症状		手当
I 度	熱失神 熱けいれん (筋けいれん)	●顔面蒼白 ●脱水 ●吐き気 ●めまい、立ちくらみ ●急性の筋肉痛、こむら返り	119番▶応急手当 ●冷所で安静 ●身体を冷やす ●水分と塩分の補給 ●見守り
II 度	熱疲労	●口の渇き ●めまい ●頭痛 ●イライラする ●倦怠感	医療機関での診療が必要 
III 度	熱射病	●意識がない ●けいれん発作 ●身体が熱い	入院治療が必要 

熱中症とは、高温多湿な環境下において、体内の水分や塩分(ナトリウム等)バランスが崩れる、体温の調節機能が破綻する等して発症する障害の総称です。

2. 暑さ指数 (WBGT)

Wet Bulb Globe Temperature (湿球黒球温度)

暑さ指数 (WBGT) は、熱中症を予防することを目的とした指標
作業場所における暑さ指数が、基準値を超えるおそれがある場合には
熱中症になる可能性が高くなるので対策を講じる

暑さ指数を確認する

熱中症予防情報サイトで確認できる



<https://www.wbgt.env.go.jp/>

熱中症
予防情報サイト



暑さ指数を測定する

WBGT指数計で自分の職場で測定できる



縮小

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/img/04.pdf>

詳しくはこちら



対象となるのは

「WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で
連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施」が見込まれる作業

暑熱な作業場には、特定の作業場の他、出張先や作業場所への移動中、非定常的な作業を行う場所も含まれます。

暑熱な作業場に該当するか否かは、原則として作業が行われる場所で湿球黒球温度又は気温を実測することにより判断する必要があります。なお、通気のよい屋外作業場について、環境省の熱中予想サイトや天気予報などの情報サイトを活用して判断することは可能です。

表 1-2 衣類の組合せにより WBGT 値に加えるべき着衣補正值 (°C-WBGT)

組合せ	コメント	WBGT 値に加えるべき 着衣補正值 (°C-WBGT)
作業服	織物製作業服で、基準となる組合せ 着衣である。	0
つなぎ服	表面加工された綿を含む織物製	0
単層のポリオレフィン 不織布製つなぎ服	ポリエチレンから特殊な方法で製造 される布地	2
単層の SMS 不織布製の つなぎ服	SMS はポリプロピレンから不織布を製 造する汎用的な手法である。	0
織物の衣服を二重に着 用した場合	通常、作業服の上につなぎ服を着た 状態。	3
つなぎ服の上に長袖ロ ング丈の不透過性エプ ロンを着用した場合	巻付型エプロンの形状は化学薬剤の 漏れから身体の前及び側面を保護 するように設計されている。	4
フードなしの単層の不 透過つなぎ服	実際の効果は環境湿度に影響され、 多くの場合、影響はもっと小さくな る。	10
フードつき単層の不透 過つなぎ服	実際の効果は環境湿度に影響され、 多くの場合、影響はもっと小さくな る。	11
服の上に着たフードな し不透過性のつなぎ服	—	12
フード	着衣組合せの種類やフードの素材を 問わず、フード付きの着衣を着用す る場合。フードなしの組合せ着衣の 着衣補正值に加算される。	+1

注記 1 透過抵抗が高い衣服では、相対湿度に依存する。着衣補正值は起こりうる最
も高い値を示す。

注記 2 SMS はスパンボンド-メルトブローン-スパンボンドの 3 層構造からなる不織
布である。

表 1-1 身体作業強度等に応じた WBGT 基準値

区 分	身体作業強度 (代謝率レベル) の例	WBGT 基準値	
		暑熱順化者の WBGT 基準値 °C	暑熱非順化者 の WBGT 基準値 °C
0 安静	安静、楽な座位	33	32
1 低代謝率	軽い手作業 (書く、タイピング、描く、縫う、簿記) ; 手及び腕の作業 (小さいペンチツール、点検、組立て又 は軽い材料の区分け) ; 腕及び脚の作業 (通常の状態 での乗り物の運転、フットスイッチ及びペダルの操作) 。 立位でドリル作業 (小さい部品) ; フライス盤 (小さい 部品) ; コイル巻き ; 小さい電機子巻き ; 小さい力で駆 動する機械 ; 2.5 km/h 以下での平たん (垣) な場所での 歩き。	30	29
2 中程度代謝率	継続的な手及び腕の作業 [くぎ (釘) 打ち、盛土] ; 腕 及び脚の作業 (トラックのオフロード運転、トラクター 及び建設車両) ; 腕と胴体の作業 (空気圧ハンマーでの 作業、トラクター組立て、しっくい塗り、中くらいの重 さの材料を断続的に持つ作業、草むしり、除草、果物及 び野菜の収穫) ; 軽量の荷車及び手押し車を押したり引 いたりする ; 2.5 km/h~5.5 km/h での平たんな場所での 歩き ; 鍛造	28	26
3 高代謝率	強度の腕及び胴体の作業 ; 重量物の運搬 ; ショベル作業 ; ハンマー作業 ; のこぎり作業 ; 硬い木へのかんな掛け 又はのみ作業 ; 草刈り ; 掘る ; 5.5 km/h~7 km/h での平 たんな場所での歩き。 重量物の荷車及び手押し車を押したり引いたりする ; 鋤 物を削る ; コンクリートブロックを積む。	26	23
4 極高代謝率	最大速度の速さでのとても激しい活動 ; おの (斧) を振 るう ; 激しくシャベルを使ったり掘ったりする ; 階段を 昇る ; 平たんな場所での走る ; 7km/h 以上で平たんな場所 を歩く。	25	20

注 1 日本産業規格 JIS Z 8504 (熱環境の人間工学-WBGT (湿球黒球温度) 指数に基づく
作業者の熱ストレスの評価-暑熱環境) 附属書 A 「WBGT 熱ストレス指数の基準値」を
基に、同表に示す代謝率レベルを具体的な例に置き換えて作成したもの。

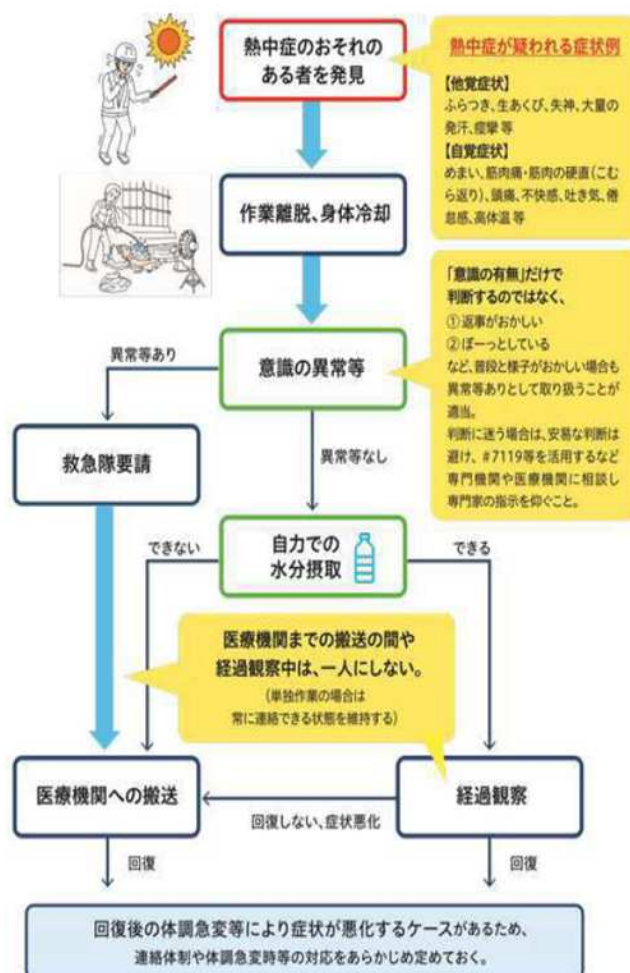
注 2 暑熱順化者とは、「評価期間の少なくとも 1 週間以前から同様の全労働期間、高温
作業条件 (又は類似若しくはそれ以上の極端な条件) にばく露された人」をいう。

熱中症を生じるおそれがある作業に該当しない場合
であっても、作業強度や着
衣によって熱中症のリスク
が高まることから、改正省
令に準じた対応を行うよう
努めてください。(リスクア
セスメントを実施してくだ
さい。)

熱中症発生時（疑いを含む） の報告先	
責任者	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)
代理	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)

	状況
	判断
	実施事項

責任者	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)
医療機関	〇〇病院
住所	〇〇市〇〇町〇-〇
電話	0000-00-0000



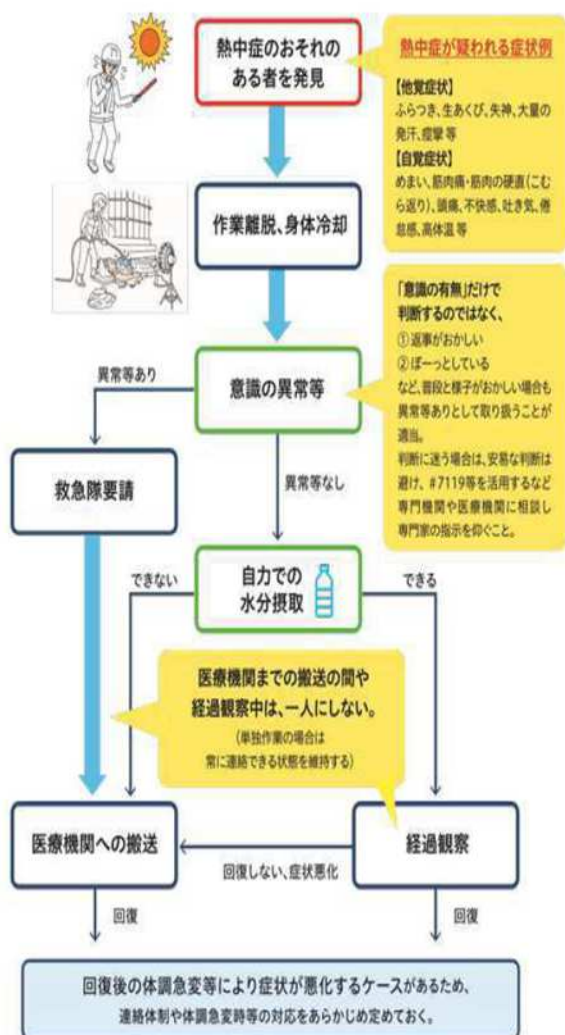
熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図①

- ・ 責任者等の連絡先、該当者への連絡方法を定め明示すること。
- ・ 作業中(熱中症のおそれがある作業中)は随時報告を受けることができるようにしておくこと。
- ・ 作業員から電話等による報告を受けるだけではなく、積極的に熱中症の疑いがある作業員を早期に発見する観点から、ウェアラブルデバイスの採用、責任者と労働者の間の双方向の定期連絡などによりリスク管理の精度を高めることが望ましい。

熱中症発生時（疑いを含む） の報告先
責任者 ○○ ○○ (電話 000-0000-0000)
代理 ○○ ○○ (電話 000-0000-0000)

状況
判断
実施事項

責任者 ○○ ○○ (電話 000-0000-0000)
医療機関 ○○病院 住所：○○市○○町○-○ 電話：0000-00-0000



熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図①

- ・意識の異常において判断にまよう場合は、放置したり、措置を躊躇して先送りしないよう、7119等を活用するなどより専門機関や医療機関に相談し、速やかに専門家の指示を仰ぐことが望ましいこと。

救急安心センター事業（#7119）ってナニ？

急なケガや病気をしたとき、救急車を呼んだ方がいいか、今すぐに病院に行った方がいいかなど、判断に迷うことがあります。

そんなとき、専門家からアドバイスを受けることができる電話相談窓口が救急安心センター事業（#7119）です。

救急安心センター事業（#7119）に寄せられた相談は、電話口で医師、看護師、相談員がお話を伺い、病気やケガの症状を把握して、救急車を呼んだ方がいいか、急いで病院を受診した方がいいか、受診できる医療機関はどこかなどを案内します。



こんなときに#7119！

- ▶ こんな症状で救急車を呼んでいいのかな...
- ▶ 具合が悪いけどすぐに病院に行った方がいいかな...
- ▶ 手遅れになったらどうしよう...
- ▶ 近所の目が気になるから、救急車を呼ぶのは控えよう...

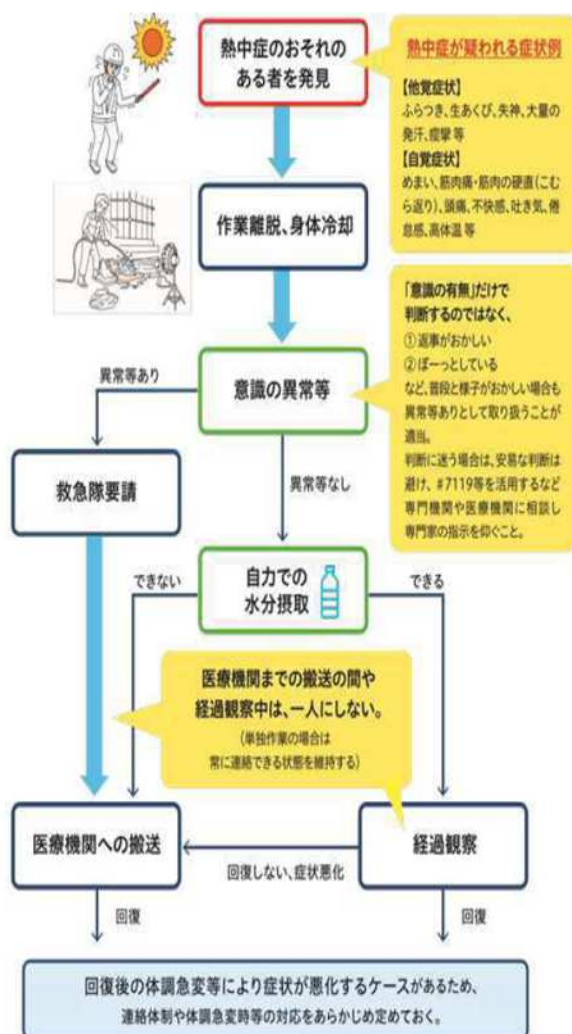


総務省HPより

熱中症発生時（疑いを含む）の報告先	
責任者	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)
代理	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)

	状況
	判断
	実施事項

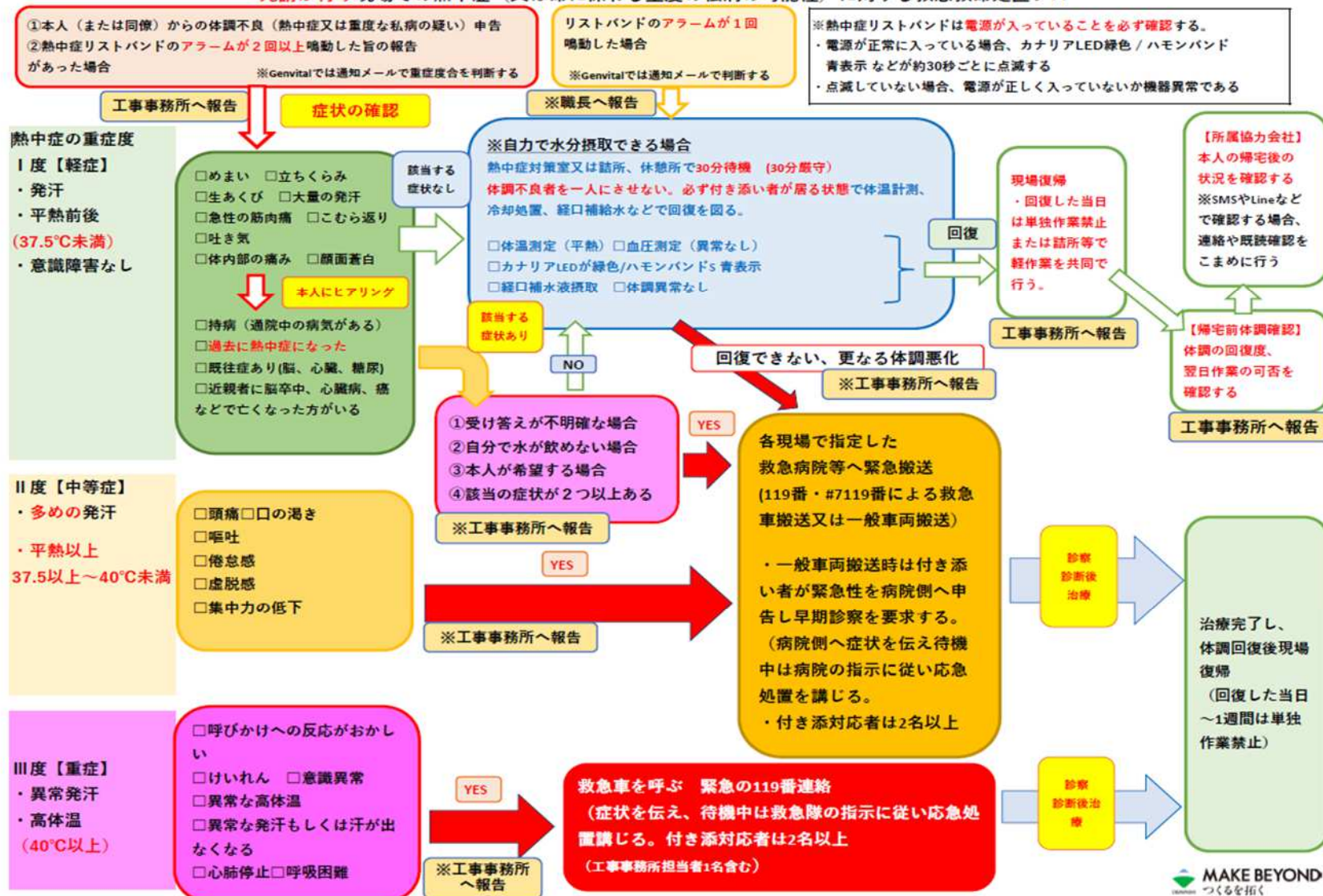
責任者	〇〇 〇〇 (電話 000-0000-0000)
医療機関	〇〇病院 住所：〇〇市〇〇町〇-〇 電話：0000-00-0000



熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図①

- ・ あらかじめ、事業場内の緊急連絡網、搬送先となる医療機関の連絡先を定めた場合はこれらも定めて手順例等に記載することが望ましいこと。
- ・ 熱中症については帰宅後に悪化する可能性もあることから、体力が回復したとの判断は慎重に行う必要があること。また、回復後の体調急変等により症状が悪化した場合は、直ちに医療機関を受診する必要があることから、体調急変時の連絡体制や対応にも注意すること。

元請が行う現場での熱中症（又は命に係わる重度の私病の可能性）に対する救急救命処置フロー



(株)大林組様の取組一例

管内の工事現場より

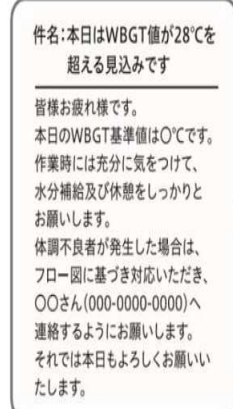
手順や連絡体制の周知の一例



【朝礼やミーティングでの周知】



【会議室や休憩所などわかりやすい場所への掲示】



【メールやイントラネットでの通知】

- ・ 複数の方法で該当者全員に周知徹底。
- ・ 該当者以外にも広く周知。



周知に関しては、報告先等が確実に伝えることが必要であり、方法としては掲示、メール、文書の配布の他、朝礼における口頭伝達もあります。朝礼(口頭)の場合は参加していない者がいると伝わらないため、複数の方法を組み合わせて行うこと。建設現場のような混在した場所で、複数の請負人が同一の作業場で作業を行うときは、元方事業者、関係請負人いずれにも措置義務が生ずるが、作業者の周知の方法としては、各事業者が共同して1つの緊急連絡先を定め、これを作業者の見やすい場所に掲示することや、メールでの送付、文書の配布等が考えられる。周知には熱中症を生じるおそれがある作業者以外の作業を行う者も含め広く緊急連絡体制等を周知することが望ましいこと。

➡「水かけ」で急速冷却（アスリートの世界では一般的）



© JSPO（公益財団法人日本スポーツ協会）

【スポーツ活動中の熱中症予防】ch.5 身体冷却法 -応急処置編-
「水道水散布法」 2:46～参照

<https://www.youtube.com/watch?v=g2FZVArhb48&t=6s>



2. いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え

あれっ、何かおかしい

手足がつる

立ちくらみ・めまい

吐き気

汗のかき方がおかしい

汗が止まらない／汗がでない



これも初期症状

何となく体調が悪い

すぐに疲れる

あの人、ちょっとヘン

イライラしている

フラフラしている

呼びかけに反応しない

ボーッとしている

専門知識がないと
熱中症か判断できない

すぐに周囲の人や
現場管理者に申し出る

直ちに作業中止 ▶ 『119番』！

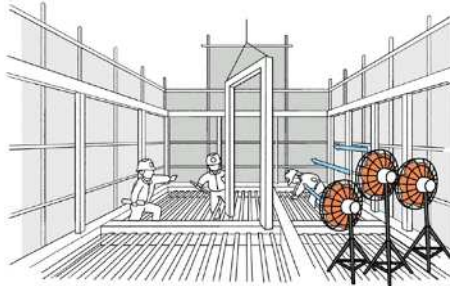
< 3 / 8 > 100%

表4 労働者向け労働衛生教育（雇入れ時又は新規入場時）

事項	範囲
(1) 熱中症の症状	・熱中症の概要 ・職場における熱中症の特徴 ・体温の調節 ・体液の調節 ・熱中症が発生する仕組みと症状
(2) 熱中症の予防方法	・暑さ指数（WBGT）の意味 ・現場での熱中症予防活動（暑熱順化、水分及び塩分の摂取、服装、日常の健康管理等）
(3) 緊急時の救急処置	・緊急時の救急措置
(4) 熱中症の事例	・熱中症の災害事例

クールワークキャンペーン実施要項より

クールワークキャンペーン実施要項より



**熱中症の予備軍
『隠れ脱水症』のを見つけ方
爪押しでセルフチェック**



手の親指の爪を逆の指でつまむ
つまんだ指を離したとき、白かった爪の色がピンクに戻るのに3秒以上かかれば脱水症を起こしている可能性があります

携帯グッズ

水分・塩分



応急手当カード



スマホ



クーラーボックス



タイマー



作業用パラソル



WBGT指数計

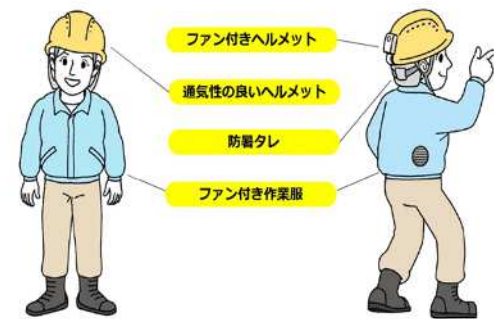


2. 熱源がある

対策 湯熱飯で仕切る



4. 予防対策グッズの使用



- ファン付きヘルメット
- 通気性の良いヘルメット
- 防曇タレ
- ファン付き作業服

- ク 熱中症予防管理者等の業務
- 衛生管理者、安全衛生推進者、衛生推進者又は熱中症予防管理者に対し、次の業務を行わせること。
- (ア) 作業に応じて、適用すべき WBGT 基準値を決定し、併せて衣類に関し暑さ指数 (WBGT) に加えるべき着衣補正值の有無を確認する。
 - (イ) ウの (ア) の暑さ指数 (WBGT) の低減対策の実施状況を確認する。
 - (ウ) 入職日、作業や休暇の状況等に基づき、あらかじめ各労働者の暑熱順化の状況を確認する。なお、あらかじめ暑熱順化不足の疑われる労働者はプログラムに沿って暑熱順化を行う必要がある。
 - (エ) 朝礼時等作業開始前において労働者の体調及び暑熱順化の状況を確認する。
 - (オ) 作業場所の暑さ指数 (WBGT) の把握と結果の評価を行う。
評価結果に基づき、必要に応じて作業時間の短縮等の措置を講ずる。
 - (カ) 熱中症のおそれのある労働者を発見した際に連絡を行う担当者や連絡先、措置の手順等について、作業開始前に周知する。
 - (キ) 職場巡視を行い、労働者の水分及び塩分の摂取状況を確認する。
 - (ク) 退勤後に体調が悪化するについて注意喚起する。



表 3 熱中症予防管理者労働衛生教育		
事項	範囲	時間
(1) 熱中症の症状*	・熱中症の概要 ・職場における熱中症の特徴 ・体温の調節 ・体液の調節 ・熱中症が発生する仕組みと症状	30分
(2) 熱中症の予防方法*	・暑さ指数 (WBGT) (意味、WBGT 基準値に基づく評価) ・作業環境管理 (暑さ指数 (WBGT) の低減、休憩場所の整備等) ・作業管理 (作業時間の短縮、暑熱順化、水分及び塩分の摂取、服装、作業中の巡視等) ・健康管理 (健康診断結果に基づく対応、日常の健康管理、労働者の健康状態の確認、身体状況の確認等) ・労働衛生教育 (労働者に対する教育の重要性、教育内容及び教育方法) ・熱中症予防対策事例	150分
(3) 緊急時の救急処置	・緊急連絡網の作成及び周知 ・緊急時の救急措置	15分
(4) 熱中症の事例	・熱中症の災害事例	15分

注 対象者の熱中症に対する基礎知識の状況に応じ、(1)及び(2)をそれぞれ15分、75分に短縮して行うこととして差し支えない。

中小企業の事業主、安全・衛生管理担当者・現場作業者向け
働く人の今すぐ使える熱中症ガイド

Home > 働く人の今すぐ使える熱中症ガイド



目次	
01 熱中症から命を守る	P4
02 危ない状況と対策	P12
03 予防法	P30
04 取組例	P47
05 熱中症の基礎知識	P56
06 事業主、安全・衛生管理担当者の方へ	P63
07 まとめ	P73

本ガイドは、熱中症予防対策に関する専門家による検討委員会において、最新の知見を元に作成されたものです。
これからの熱中症予防対策にぜひお役立てください。

[マニュアルダウンロード | 職場における熱中症予防情報 \(mhlw.go.jp\)](https://neccyusho.mhlw.go.jp/download/)

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/download/>

スライドショー動画



熱中症の応急手当



水分補給と休憩



暑熱順化

三

YouTube

ホーム

ショート

登録チャンネル

マイページ

履歴

動画の評価、コメント、チャンネル登録を行うにはログインしてください。

ログイン

探索

急上昇

音楽

映画とテレビ

ライブ

ゲーム

ニュース

スポーツ

コース

熱中症

X

Q



厚生労働省 / Ministry of Health, Labour and Welfare

@MHLWchannel · チャンネル登録者数 20.7万人 · 4988 本の動画

厚生労働省の公式アカウントです。さらに表示

mhlw.go.jp

チャンネル登録

ホーム

動画

ショート

ライブ

コース

再生リスト

Q



大阪・関西万博公式イベント「HEALTH DESIGN 輝き、生きる...

76 回視聴 · 3 時間前

厚生労働省は、6月21日から6月29日まで、大阪・関西万博において、大阪・関西万博の公式イベントである「HEALTH DESIGN 輝き、生きる。Live Brighter」に出展します。「HEALTH DESIGN 輝き、生きる。Live Brighter」は、健康・医療・ヘルスケアを学べる展示・体験型イベントとして、EXPOメッセ「WASSE」会場 北ホールで開催されます。会場内は8つのAREAで構成され、経済産業省/厚生労働省など...
詳細

[厚生労働省 / Ministry of Health, Labour and Welfare - YouTube](https://www.youtube.com/@MHLWchannel)

<https://www.youtube.com/@MHLWchannel>