全Ｌ協保安・業務Ｇ８第５４号
令和８年６月１０日

正　会　員　　各 位

（一社）全国ＬＰガス協会

令和７年 職場における熱中症の発生状況（確定値）等について（お知らせ）

職場における熱中症対策の実施については、労働安全衛生規則の一部改正により、事業者に義務付けられたことを令和７年４月１８日付け全Ｌ協保安・業務Ｇ７第２７号にお知らせいたしました。

既に従業員の安全確保にご尽力されていることと存じますが、厚生労働省のＨＰ（下記ＵＲＬ参照）に熱中症による死傷災害の発生状況（確定値）が公表されましたので、ご参照いただき、改めて職場での熱中症対策をお願いしたくお知らせいたします。

つきましては、都道府県協会におかれましては会員に対し、また、直接会員におかれましては営業所等に対し、ご周知くださいますようよろしくお願いいたします。

【厚生労働省ＨＰ】
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_73330.html

以 上

発信手段：Ｅメール
担当：保安・業務グループ 今市、國坂

別添1

基安発０６０５第４号
令和８年６月５日

関係各位

厚生労働省労働基準局
安 全 衛 生 部 長
（ 公 印 省 略 ）

令和７年 職場における熱中症の発生状況（確定値）等について

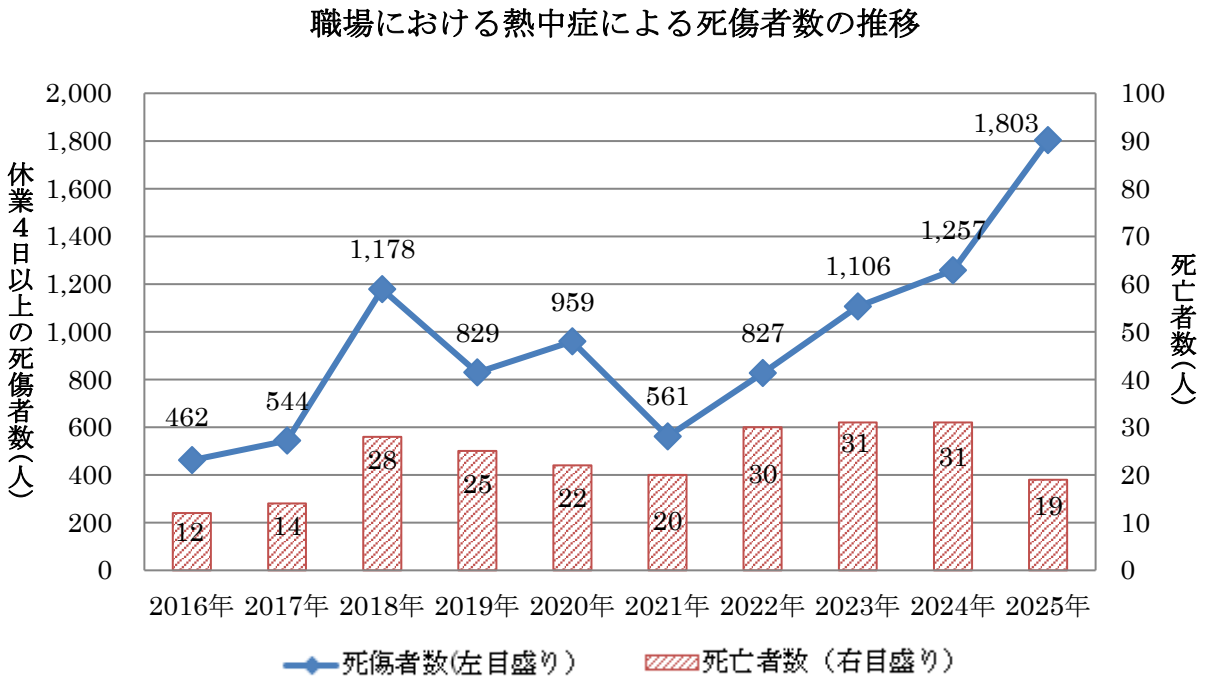
貴会におかれましては、「STOP！熱中症　クールワークキャンペーン」の推進に御協力を賜り、感謝申し上げます。

厚生労働省では、今般、別添のとおり「令和７年 職場における熱中症の発生状況（確定値）」を取りまとめましたので、お知らせいたします。

各業種における熱中症の発生状況等もご参考としていただきながら、令和７年に施行された熱中症の健康障害の疑いがある者の早期発見や重篤化の防止等のための改正労働安全衛生規則に加え、令和８年３月に策定された「職場における熱中症防止のためのガイドライン」について、引き続き会員事業場等に対し周知を図っていただきますとともに、各事業場において熱中症予防のための取組が的確に行われますよう、特段の御配慮をお願いいたします。

2025 年（令和 7 年）職場における熱中症による死傷災害の発生状況（確定値）

出典：労働者死傷病報告



※　各年の確定値は、1 月 1 日～12 月 31 日までの間に発生した熱中症に係る労働災害で、翌年概ね 4 月 7 日までに労働者死傷病報告が提出されたものを集計したもの。

1　職場における熱中症による死傷者数の状況（2016～2025 年）

職場での熱中症による死亡者及び休業 4 日以上の業務上疾病者の数（以下合わせて「死傷者数」という。）は、2025 年に 1,803 人と、2024 年に比べて約 43%増加し、死傷者数について統計を取り始めた 2005 年以降、最多となった。うち、死亡者数は 19 人と、2024 年に比べ約 39%減少した。

気象庁によると、2025 年夏（6 月～8 月）の平均気温偏差（基準値（1991～2020 年の 30 年平均値）からの偏差）は、＋2.36℃と、統計開始以来最高を記録しており、死傷者数の増加の一因となったと推測される。

また、2025 年に労働安全衛生規則の改正により、熱中症のおそれのある作業を行うときには、事業者に報告体制の整備、手順の作成等の措置を講じることを義務付けたところであり、これにより、事業場における熱中症の重篤化防止対策が一段と進み、当該改正が主な目的としていた熱中症の重篤化による死亡災害の防止が一定程度図られたと考えられる。

職場における熱中症による死傷者数の推移（2016年～2025年）　　（人）

2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年
462 (12)	544 (14)	1,178 (28)	829 (25)	959 (22)	561 (20)	827 (30)	1,106 (31)	1,257 (31)	1,803 (19)

※（　）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数である。

２　業種別発生状況（2021～2025 年）

2025 年の死傷者数 1,803 人について、業種別でみると、製造業が 365 人、建設業が 292 人の順で多くなっている。死亡者数 19 人について、業種別でみると、建設業が５人と最も多く、次いで、警備業が３人となっている。

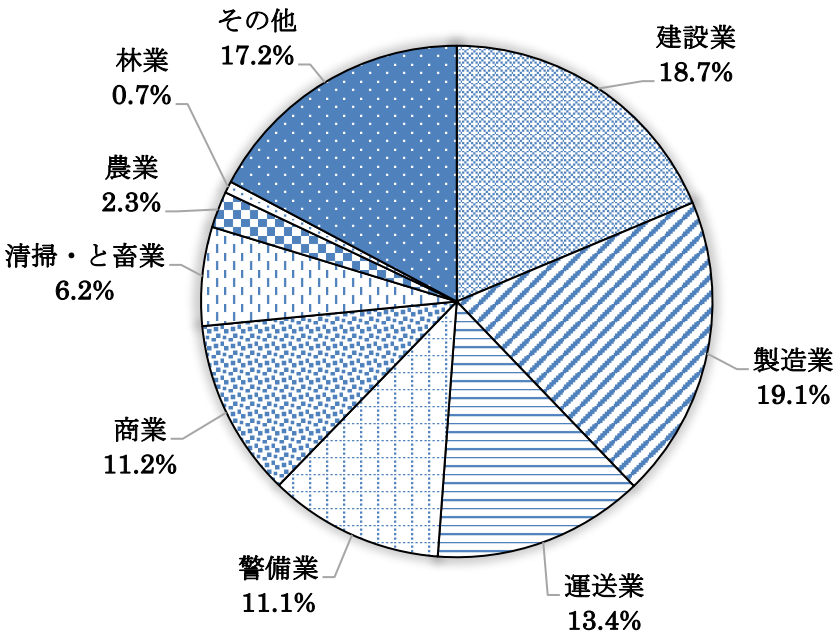
また､2021 年以降の５年間に発生した熱中症の死傷者数 5,554 人について、業種別でみると、製造業 1,063 人、建設業 1,038 人の順で多くなっており、いずれの年もこの２業種で約４割を占めている。同時期の死亡者数 131 人について、業種別でみると、建設業 52 人、警備業 18 人の順で多く発生しており、年度により割合にばらつきがあるが､この２業種で約４割から７割程度を占めている。

熱中症による死傷者数の業種別の状況（2021～2025 年）　（人）

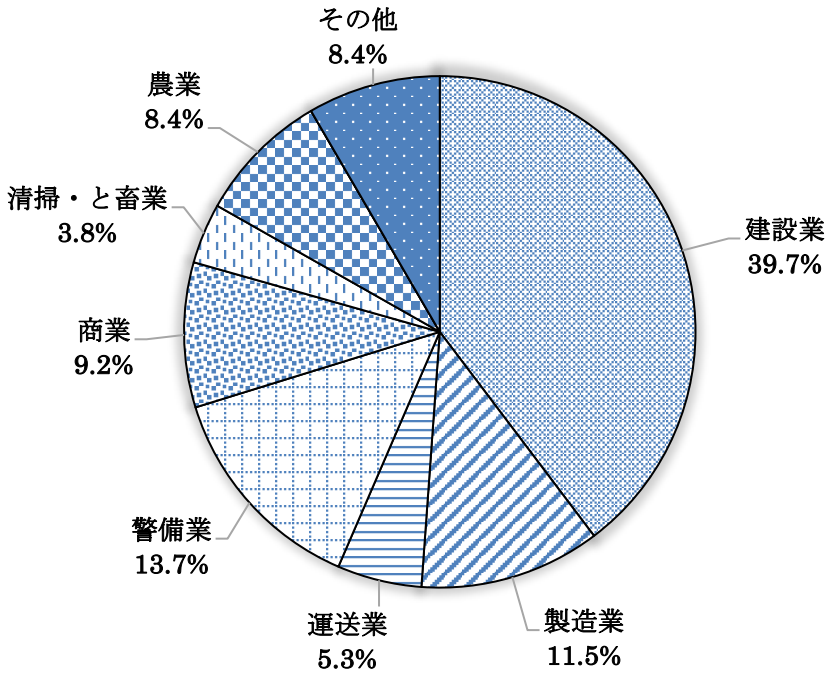
業種	建設業	製造業	運送業	警備業	商業	清掃・と畜業	農業	林業	その他	計
2021 年	130 (11)	87 (2)	61 (1)	68 (1)	63 (3)	31 (0)	14 (2)	7 (0)	100 (0)	561 (20)
2022 年	179 (14)	145 (2)	129 (1)	91 (6)	82 (2)	58 (2)	21 (2)	6 (0)	116 (1)	827 (30)
2023 年	209 (12)	231 (4)	146 (1)	114 (6)	125 (3)	61 (0)	27 (4)	9 (0)	184 (1)	1,106 (31)
2024 年	228 (10)	235 (5)	186 (3)	142 (2)	116 (2)	76 (2)	32 (1)	10 (0)	232 (6)	1,257 (31)
2025 年	292 (5)	365 (2)	220 (1)	199 (3)	237 (2)	121 (1)	34 (2)	9 (0)	326 (3)	1,803 (19)
計	1,038 (52)	1,063 (15)	742 (7)	614 (18)	623 (12)	347 (5)	128 (11)	41 (0)	958 (11)	5,554 (131)

※　（　）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数である。

熱中症による業種別死傷者数の割合（2021～2025年計）



熱中症による業種別死亡者数の割合（2021～2025年計）



３　月・時間帯別発生状況（2021～2025 年）

（１）月別発生状況

2025 年の死傷者数 1,803 人について、月別でみると、約 72%が７月又は８月の２か月間に集中している。死亡者数 19 人について、月別でみると、約 79%が７月又は８月の２か月間に集中している。

また、2021 年以降の５年間に発生した熱中症の死傷者数 5,554 人について、月別でみると、約 77%が７月又は８月の２ヶ月間に集中している。死亡者数についても、６月後半に急激に気温が上昇した 2022 年は６月に 10 人の方が亡くなっているが、これを除けば、いずれの年も７月又は８月に集中し、死亡者の約 85%がこの２か月に集中している。多くの年で、６月～７月の暑くなり始めた時期に死傷者数が上昇し、その後に横ばいになり、９月に急激に減少する傾向が見て取れる。

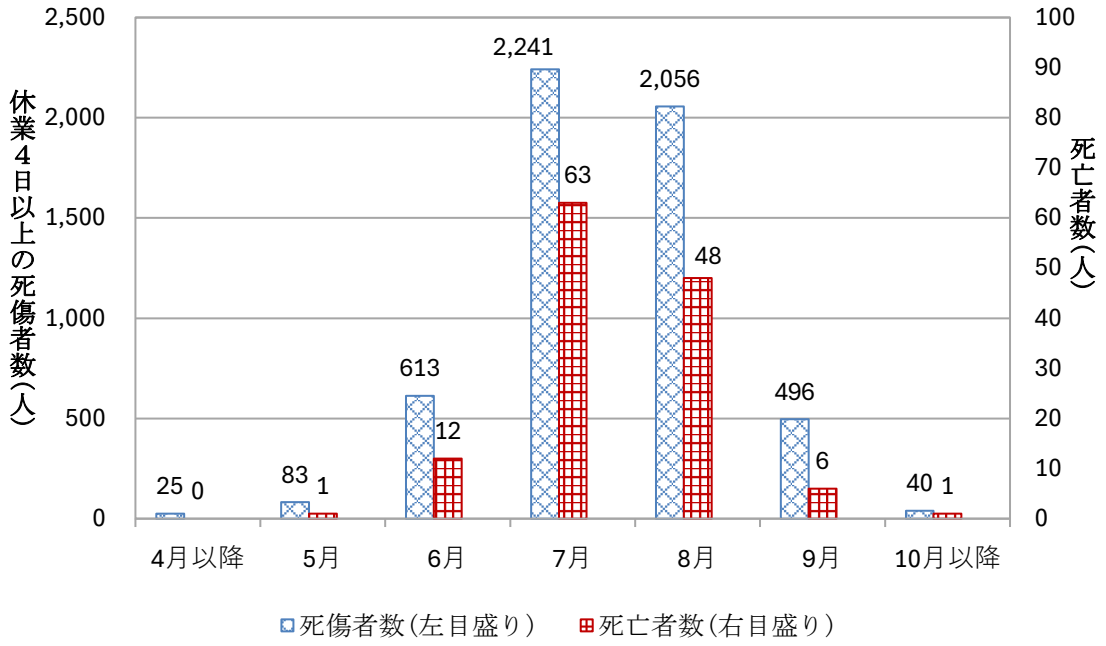
熱中症による死傷者数の月別の状況（2021～2025 年）　（人）

	４月以前	５月	６月	７月	８月	９月	10 月以降	計
2021 年	4 (0)	7 (1)	41 (0)	213 (7)	269 (12)	20 (0)	7 (0)	561 (20)
2022 年	2 (0)	14 (0)	184 (10)	291 (9)	280 (10)	46 (1)	10 (0)	827 (30)
2023 年	5 (0)	21 (0)	63 (1)	431 (18)	493 (10)	86 (2)	7 (0)	1,106 (31)
2024 年	3 (0)	18 (0)	57 (0)	588 (17)	431 (13)	156 (0)	4 (1)	1,257 (31)
2025 年	11 (0)	23 (0)	268 (1)	718 (12)	583 (3)	188 (3)	12 (0)	1,803 (19)
計	25 (0)	83 (1)	613 (12)	2,241 (63)	2,056 (48)	496 (6)	40 (1)	5,554 (131)

※　４月以前は１月から４月まで、10 月以降は 10 月から 12 月までを指す。

※　（　）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数である。

熱中症による月別死傷者数（2021～2025年計）



（２）時間帯別発生状況（2021～2025 年）

2025 年の死傷者数 1,803 人について、時間帯別でみると、午前中や午後３時前後の被災者数が多くなっていることが窺えるが、日中のいずれの時間帯でも発生している。このうち死亡災害については、多くが午後の時間帯に発生している。

また、2021 年以降の５年間に発生した熱中症の死傷者数及び死亡者数について、時間帯別でみると、死傷者数、死亡者数ともに 2025 年と同様の傾向となっている。

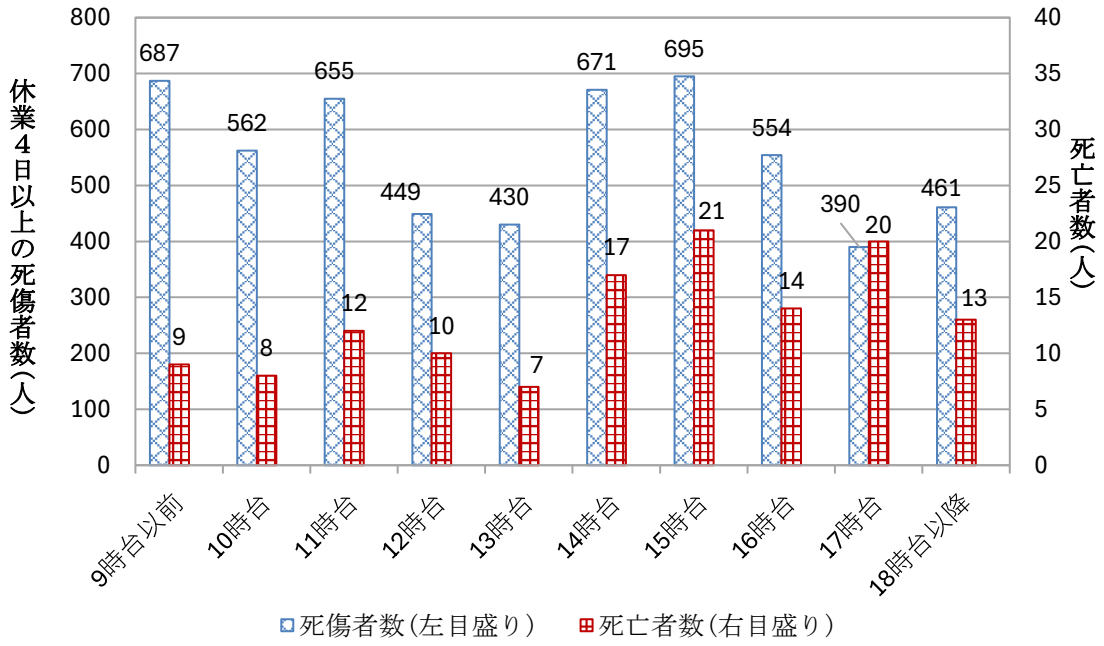
なお、気温が下がった 17 時台や 18 時台以降に死亡に至るケースが少なからずみられるが、これらには、日中には重篤な症状はみられなかったにもかかわらず、作業終了後や帰宅後に体調が悪化した事案が含まれている。

熱中症による死傷者数の時間帯別の状況（2021～2025 年）　（人）

	９時台以前	10 時台	11 時台	12 時台	13 時台	14 時台	15 時台	16 時台	17 時台	18 時台以降	計
2021 年	48 (0)	56 (1)	74 (3)	53 (4)	47 (3)	63 (3)	73 (0)	61 (3)	38 (3)	48 (0)	561 (20)
2022 年	100 (1)	78 (3)	87 (1)	53 (3)	74 (2)	115 (3)	106 (6)	92 (2)	55 (5)	67 (4)	827 (30)
2023 年	143 (4)	118 (2)	155 (6)	104 (1)	72 (0)	124 (5)	123 (2)	105 (1)	76 (8)	86 (2)	1,106 (31)
2024 年	167 (3)	126 (2)	137 (2)	93 (2)	92 (1)	143 (3)	160 (7)	125 (5)	99 (3)	115 (3)	1,257 (31)
2025 年	229 (1)	184 (0)	202 (0)	146 (0)	145 (1)	226 (3)	233 (6)	171 (3)	122 (1)	145 (4)	1,803 (19)
計	687 (9)	562 (8)	655 (12)	449 (10)	430 (7)	671 (17)	695 (21)	554 (14)	390 (20)	461 (13)	5,554 (131)

※　９時台以前は０時台から９時台まで、18 時台以降は 18 時台から 23 時台までを指す。
※　（　）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数である。

熱中症による時間帯別死傷者数（2021～2025年計）



4　年齢別発生状況（2021～2025 年）

2025 年の死傷者数 1,803 人について、年齢別でみると、死傷者は、いずれの年齢層でもみられるが、50 歳代以上で全体の約 52%を占めている。そのうち死亡者は、40 歳代以上に集中しており、50 歳代以上で全体の約 84%を占めている。

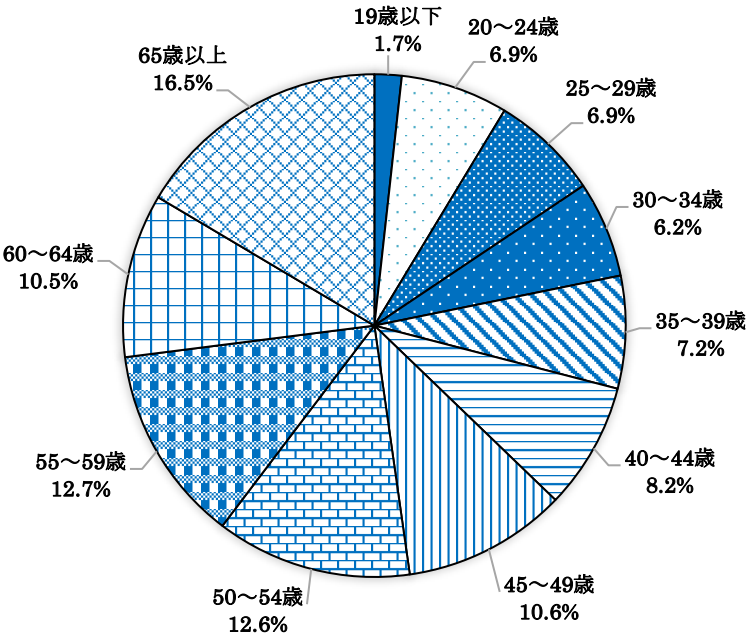
また､2021 年以降の５年間に発生した熱中症の死傷者数 5,554 人について、年齢別でみると、2025 年と同様の傾向がみられ、50 歳代以上で全体の約 52%を占めている。死亡者数 131 人について、年齢別でみると、50 歳代以上で全体の約 65%を占めている。一般に高齢者は、暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており暑さに対する身体の調節機能も低下するなど､加齢による身体機能の低下等の影響により熱中症を発症するリスクが高いことから､死亡災害に至る割合が高くなっていることが考えられる。

熱中症による死傷者数の年齢別の状況（2021～2025 年）　（人）

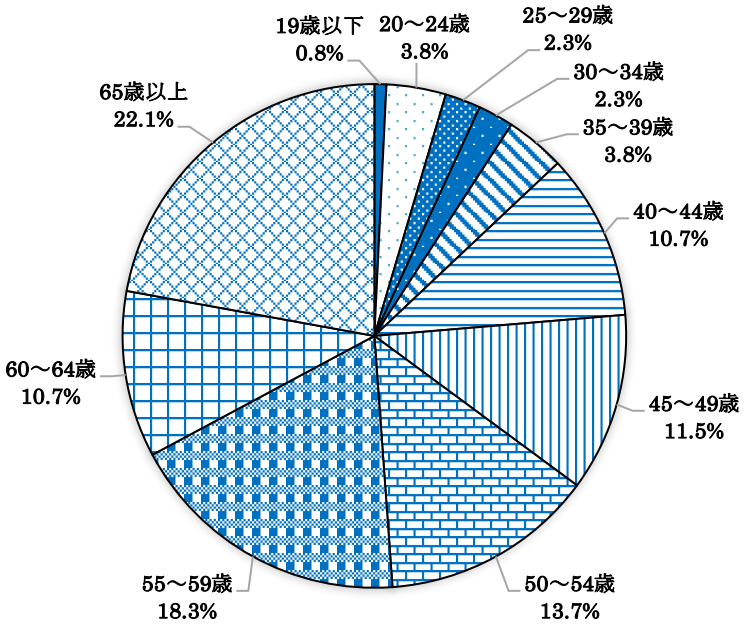
	19 歳以下	20～24 歳	25～29 歳	30～34 歳	35～39 歳	40～44 歳	45～49 歳	50～54 歳	55～59 歳	60～64 歳	65 歳以上	計
2021 年	12 (1)	46 (0)	25 (0)	41 (0)	36 (2)	53 (2)	69 (3)	65 (3)	70 (4)	58 (1)	86 (4)	561 (20)
2022 年	10 (0)	39 (2)	72 (1)	62 (3)	69 (1)	72 (1)	103 (5)	93 (3)	94 (4)	87 (3)	126 (7)	827 (30)
2023 年	20 (0)	80 (2)	71 (2)	48 (0)	88 (1)	90 (6)	122 (1)	136 (4)	133 (4)	120 (4)	198 (7)	1,106 (31)
2024 年	17 (0)	68 (1)	89 (0)	70 (0)	88 (1)	105 (4)	113 (4)	164 (3)	177 (8)	139 (3)	227 (7)	1,257 (31)
2025 年	38 (0)	151 (0)	129 (0)	123 (0)	121 (0)	133 (1)	179 (2)	241 (5)	229 (4)	181 (3)	278 (4)	1,803 (19)
計	97 (1)	384 (5)	386 (3)	344 (3)	402 (5)	453 (14)	586 (15)	699 (18)	703 (24)	585 (14)	915 (29)	5,554 (131)

※　（　）内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内数である。

熱中症による年齢別死傷者数の割合（2021～2025年計）



熱中症による年齢別死亡者数の割合（2021～2025年計）



5　2025 年の熱中症による死亡災害の事例

【死亡災害全体の概要】

・総数は 19 件であった。
・被災者を男女別にみると、男性 19 人、女性０人であった。
・被災場所についてみると、屋内であったのが４件、屋外であったのが 15 件であった。
・発症時・緊急時の報告体制の整備及び周知（労働安全衛生規則第 612 条の２第１項に基づく措置）の実施を確認できなかったことが明らかな事例が２件あった。
・発症時・緊急時の措置手順の作成及び周知（労働安全衛生規則第 612 条の２第２項に基づく措置）の実施を確認できなかったことが明らかな事例が３件あった。
・熱中症予防のための労働衛生教育の実施を確認できなかった事例が９件あった。
・糖尿病、高血圧症など熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病や所見を有していることが明らかな事例は９件あった。

【事案の詳細】

番号	月	業種	年代	性別	被災場所	気温（注１）	WBGT値（注２）	事案の概要
1	6	警備業	70歳代	男性	屋外	34.4℃	30.1℃	被災者は、道路工事の交通誘導の作業が一時中断した際、歩道の木陰で横たわりながら休憩していた。作業再開が伝えられたため、ヘルメットを被ろうとしたところふらついて倒れ、地面に後頭部を打ちつけた。意識はあったものの頭部から出血が止まらない状態であったため、救急搬送されて手術を行ったが、16 日後に死亡した。

2	7	産業廃棄物処理業	40歳代	男性	屋外	38.0℃	28.3℃	被災者は、工場内において、ファン付き作業服を着用し不燃ごみのペットボトル選別作業に従事していた。終業前に、清掃作業をするため、屋外において竹ほうきを使用して掃き掃除した際、意識が朦朧として倒れそうになったところを同僚に助けられ、事務所に向かう途中で意識を喪失したため、救急搬送された。搬送先の病院で療養していたが、容態が急変し３か月後に死亡した。
3	7	その他の土石製品製造業	40歳代	男性	屋内	32.7℃	31.7℃	被災者はプラントの屋内で補修作業に従事していた。正午になっても休憩所に戻ってこなかったことから、上司が当該プラントに直接様子を見に行ったところ、意識不明の状態の被災者を発見した。発見後、救急搬送されたが後刻死亡した。
4	7	警備業	50歳代	男性	屋外	31.3℃	29.4℃	被災者は工事現場において交通誘導に従事していた。13 時頃体調に異変を感じたため、現場付近で休憩をとり、14 時頃には一度現場に戻った。15 時に所定の休憩時間のため作業を離れたが、休憩の 15 分を経過しても現場に戻らなかった。15 時 50 分頃、現場から約 800m 離れた路上で倒れているところを通行人により発見され、救急搬送されたが死亡した。
5	7	その他の広告・あっせん業	50歳代	男性	屋外	33.8℃	30.2℃	被災者は新聞の営業を行うため、13 時 30 分から営業エリア内を自転車で移動していた。18 時頃、倒れているところを近隣の工事現場の者によって発見され、死亡が確認された。

6	7	機械器具設置工事業	50歳代	男性	屋内	32.5℃	32.0℃	被災者は同僚と共に８時頃から、農業用ハウス内において給水用の配管工事に従事していた。13時30分頃、被災者の体調が悪そうだったことから、同僚に車の日陰に行って休憩するよう促された。約10分後様子を見に来た同僚に、車の後部で倒れているところを発見され、救急搬送されたが74日後に死亡した。
7	7	農業	50歳代	男性	屋外	34.6℃	31.4℃	被災者は住宅街にある緑地において、午前中から刈られた草を集めてダンプトラックに積み込む作業に従事していた。午後になり、ふらついているところを事業主に発見され、スポーツドリンク等を飲み休憩した。約15分後に様子を見に来た事業主によってトラックに乗せられ、エアコンをつけ休憩していたが、手が痙攣していたことから救急搬送されたものの死亡した。
8	7	新聞販売業	50歳代	男性	屋外	33.3℃	29.6℃	被災者は13時頃から屋外で新聞の配達業務に従事し、16時頃に業務を終え、徒歩により帰路についた。帰宅経路の途中で被災者が倒れているところを通行人が発見し、救急搬送されたが、死亡した。
9	7	上下水道工事業	60歳代	男性	屋外	28.7℃	25.8℃	被災者は新造する土場に別の土場から資材を運び入れる作業に従事しており、15時40分頃に作業を終えた。被災者には特段次の作業指示は出ておらず、その後の行動は不明であるが、18時頃に別件で当該土場を訪れた専務取締役に倒れているところを発見され、意識はあるが会話は困難な状態であったことから救急搬送されたが翌日死亡した。

10	7	鉄道・軌道業	60歳代	男性	屋外	29.4℃	25.7℃	被災者は朝から電車の線路沿いで除草作業に従事していた。昼休憩後しばらくして体調が悪くなったため、上司の指示で冷房が効いた車内で休憩し、一旦体調は復調し、作業に復帰した。勤務終了後、再度、体調が悪くなったため、冷房が効いた休憩室で休憩していたが、上司に意識不明の状態で発見され、救急搬送されたものの、死亡した。
11	7	鉄道車両・同部分品製造業	60歳代	男性	屋内	27.3℃	25.7℃	被災者は、工場内で新幹線の車両の組付けを行う作業に従事していた。作業場を一時離脱して作業場外で座り込んでいたところを、協力会社の作業員が発見して身体冷却等の措置を実施した。約1時間後、帰宅のためタクシーに乗車しようと立ち上がったところ、倒れ込み、救急搬送されたものの、3日後に死亡した。
12	7	農業	60歳代	男性	屋外	35.1℃	33.1℃	被災者は屋外にある農園において、屋外で一人で作業に従事していた。15時頃、同僚が同農園に倒れている被災者を発見した。到着した救急隊員により、その場で死亡が確認された。
13	7	警備業	70歳代	男性	屋外	32.3℃	29.6℃	被災者は建設現場に警備員として入場し、屋外で一般車両の誘導業務を行っていた。災害発生当日15時頃、被災者がうつ伏せに倒れているところを通行していた一般車両運転手が発見。医療機関に緊急搬送され2ヶ月程入院していたものの死亡した。

14	8	その他の土木工事業	40歳代	男性	屋外	33.8℃	31.6℃	被災者は道路除草工事において、除草作業補助として道路上の雑草の残りかすをブロワーで清掃する作業等に従事していた。作業中の15時30分頃に倒れ、救急搬送されたが死亡した。
15	8	一般貨物自動車運送業	50歳代	男性	屋外	33.6℃	29.2℃	被災者はガソリンスタンドで、17時30分頃からタンクローリーに積載していた燃料油を地下タンクへ移送していた。20時00分頃にガソリンスタンドの従業員が確認したところ、被災者がタンクローリーの上で倒れており、救急車到着時には既に死亡していた。
16	8	病院	60歳代	男性	屋外	35.8℃	31.5℃	被災者は病院敷地内の園庭で、汚水ポンプの清掃作業に従事していた。作業場所から 50m 離れた場所で仰向けに倒れているところを、同僚に発見された。同院にて身体の冷却、点滴等を行い、総合病院に救急搬送したが、翌日死亡した。
17	9	鉄骨・鉄筋コンクリート造家屋建築工事業	50歳代	男性	屋外	34.7℃	31.4℃	被災者は集合住宅の新築工事現場で、解体された壁型枠の材料を上階の同僚に手渡しする作業に従事していた。作業中に床に座り込んでいたところを同僚に発見された。意識はあり、水分補給をしてエアコンがある車内で休んでいたが改善せず、同僚の車で病院へ向かう途中に意識不明となり、救急搬送されたが死亡した。
18	9	燃料小売業	50歳代	男性	屋内	34.6℃	31.0℃	被災者は体調の悪い様子で事務所内の椅子に座っているところを発見された。その後、救急搬送されたが死亡した。

19	9	道路建設工事業	50歳代	男性	屋外	33.2℃	31.5℃	被災者は道路改良工事現場において、午前中から型枠解体等の屋外作業に従事していた。昼休憩後から行われた現場内の片付け作業時に被災者の姿が見えなくなり、同僚らが被災者を探したところ、15時30分頃に冷房が効いた軽トラックの車内で倒れた状態で発見された。発見後、病院へ救急搬送されたが、２日後に死亡した。

（注１）現場での気温は、気象庁ホームページで公表されている現場近隣の観測所等における気温を参考値として用いている。

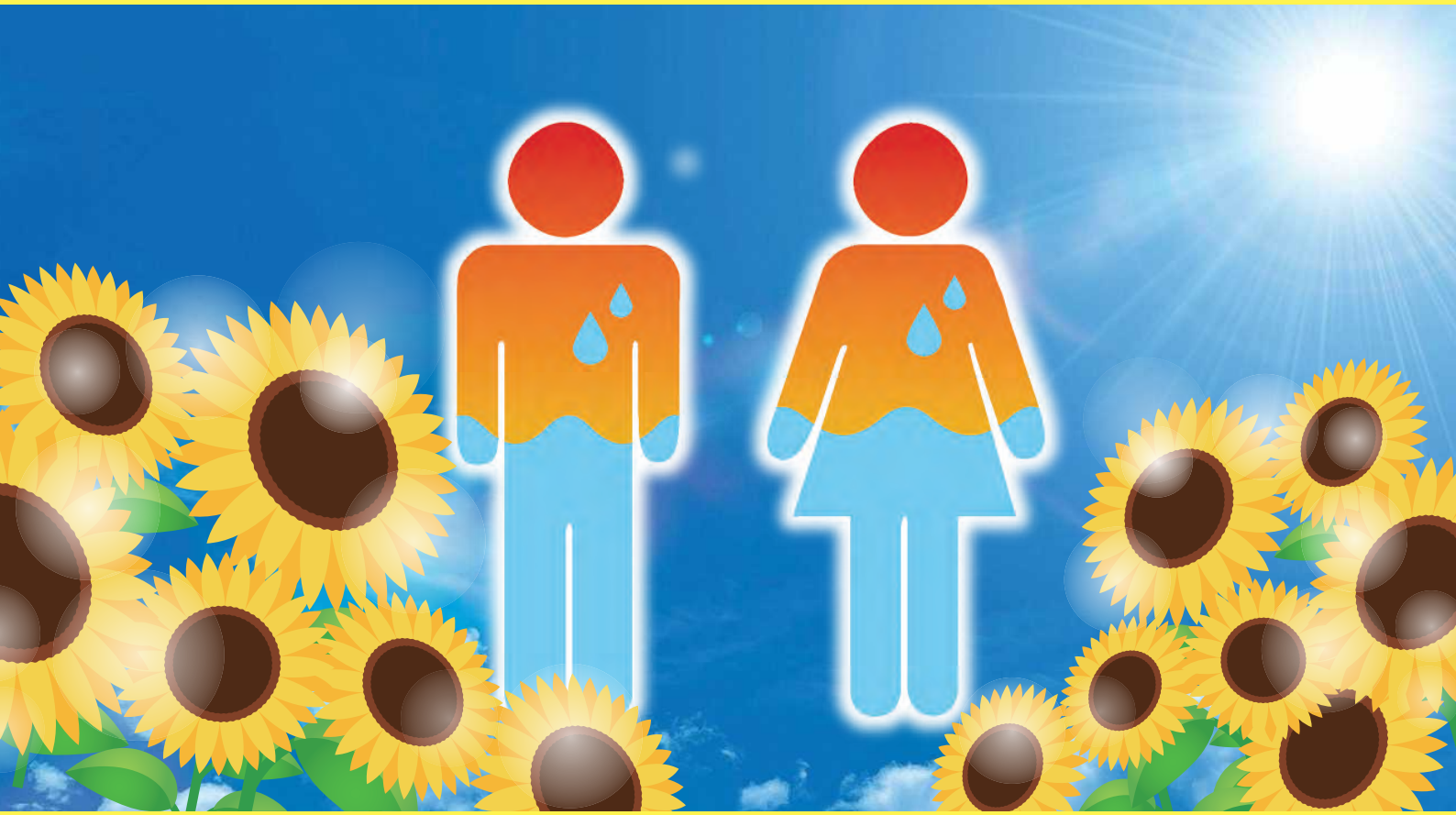
（注２）WBGT値は、環境省熱中症予防情報サイトで公表されている現場近隣の観測所におけるWBGT値を参考値として用いている。

別添２

職場における
熱中症防止のための
ガイドラインを参考に

熱中症を効果的に防止しましょう!

～職場での熱中症防止対策のポイント～



気温が急激に上昇する時期は、
熱中症の発生リスクが高くなる傾向があります。
本格的に暑くなる前から準備しましょう。

早めの対策を!

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

～職場での熱中症防止対策のポイント～

事業者の皆さんは、

1. **「設備、体制の整備」**を参考に準備を行った上で、
2. **「熱中症リスクの把握」**で熱中症によるリスクを把握・評価し、
3. **「熱中症リスクに応じた措置」**にある熱中症防止のための具体的な方法を、業種・業態に応じて選択し実施することにより、職場における熱中症を防止しましょう。

ガイドラインのポイント

体制整備、必要な設備の整備を行いましょう！

- 体調不良時の報告体制、重篤化防止措置の手順を整備し、周知しましょう。
- WBGT 指数計や、休憩所等の整備を行いましょう。

熱中症リスクを適切に把握しましょう！

- WBGT 値を把握し、着衣補正を行い、身体作業強度及び暑熱順化の状況に応じた WBGT 基準値と比較しましょう。
- WBGT 基準値よりも高い場合は熱中症予防対策を実施しましょう。

リスクに応じた対策を検討しましょう！

対策例

- 作業場所の WBGT 値の低減、風通しの良い衣服の採用。
- 作業負荷の軽減、休憩の取得。
- 定期的な水分・塩分の摂取。
- 暑熱順化、健康状態の確認。

教育研修を行いましょう！

- 管理者、職長、作業者等、立場に応じた教育研修を実施しましょう。

① 体制整備、必要な設備の整備

(1) 体制整備

- 組織として、熱中症を予防するための体制を整備しましょう。
- 衛生委員会等を活用し、対策を労使で話し合いましょう。
- 体調が悪くなったときに誰に報告するかを決め、作業者に周知しましょう。
- 体調が悪くなったときにどのような行動を取るのかを決め、作業者に周知しましょう。
- 作業手順、作業計画を策定しましょう。

(2) 必要な設備の整備

- 暑くなる前に、以下の準備をしておきましょう。
  - ✓ WBGT指数計の準備
  - ✓ 有効な休憩所の整備
  - ✓ 通気性の良い服や、ファン付き作業服等の準備
  - ✓ 水分・塩分を摂取するための準備

～熱中症防止対策は、事業者の義務です～

以下の**体制整備** **手順作成** **関係者への周知**については、
労働安全衛生規則の改正に伴い、罰則付きで義務化されています。
確実に実施するようご留意ください。

- 熱中症の自覚症状のある作業者や、熱中症のおそれがある作業者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者への周知。**
- 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的確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
  ②作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等
  熱中症の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者への周知。

② 熱中症リスクの把握・評価

熱中症が発症する要因

熱中症が発症する要因には、次のようなものがあります。

❶高温・多湿・日射（輻射熱）の強い作業環境
❷身体負荷の大きい作業や運動
❸通気性や透湿性の低い衣服や保護具

熱中症を有効に防止するためには、
熱中症のリスクを把握し、評価することが重要です。

WBGT値の把握

- 熱中症リスクを把握し、有効な対策をするために、WBGT値を測定しましょう。
- WBGT値の測定には、JIS B7922:2023 に適合した黒球付きの機器を用いて測定することが基本です。
- いろいろな作業場所で測定し、どこが暑いか把握しておきましょう。
- 測定したWBGT値に、衣服による補正を行った上で、作業強度と暑熱順化に応じた基準値と照らし合わせましょう。
- 基準値を超えているときは、「何らかの熱中症防止対策」が必要です。
- 高齢者、熱中症発症リスクに影響を与える疾病や障がいを持つ方に対しては、作業時間の短縮等も検討しましょう。

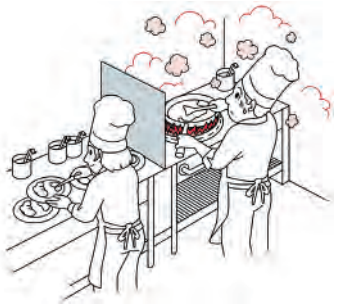
WBGT指数計▶

【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	
		暑熱順化あり	暑熱順化なし
安静	安静、楽な座位	33℃	32℃
低代謝率	・軽い手作業（書く、タイピング等）　・腕及び脚の作業 など ・手及び腕の作業	30℃	29℃
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℃
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℃
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℃

③ 熱中症リスクに応じた措置

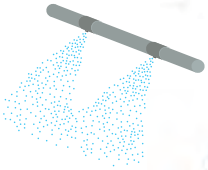
(1) 作業環境管理



暑熱環境の改善

以下のような方法で WBGT値を下げ、暑熱環境の改善を検討しましょう。

- 発熱体と作業者の間に遮蔽物を設ける。
- 日光や照り返しを防ぐ屋根を設ける。
- 作業場所に通風、冷房、ミストシャワー等を設ける。



休憩場所の整備

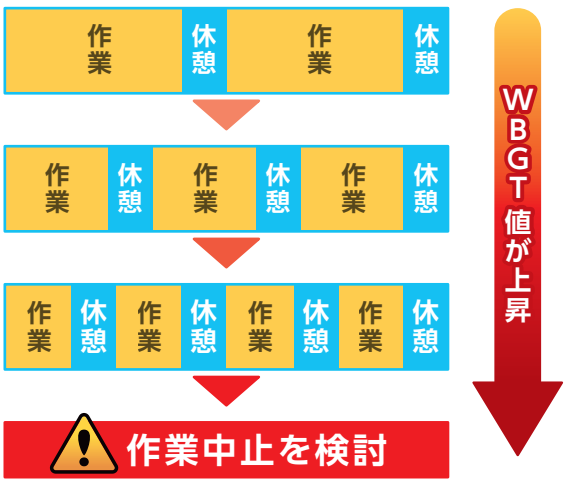
暑くなった体を冷やし、休むことが出来る休憩所を整備しましょう。
休憩所は体調不良、熱中症になってしまった場合にも必要です。
休憩所を整備する際は、可能な範囲で下記に留意してください。

- 可能な限り作業場所の近くに設けましょう。
- 体を冷やすことができる冷房を設けましょう。
  （難しい場合はミスト付き扇風機等を活用しましょう）
- 脚を伸ばして横になれるスペースを作りましょう。
- 冷蔵庫やウォーターサーバー等、水分・塩分を摂取できる設備を設けましょう。
- 本格的な休憩所の設置が難しい場合でも、日傘、日よけテント等で日陰を作り、風通しを良くするだけでもある程度の効果はあります。

(2) 作業管理

暑さに応じた休憩サイクルの設定

- WBGT基準値からの超過度合いによって、休憩回数の増加や休憩時間の延長を検討しましょう。
- WBGT基準値から大幅に超過している場合は、軽い作業への変更や、作業中止を検討しましょう。
- 暑さのピーク時間帯の作業中止や、早朝・夜間などへのシフト変更も可能な範囲で検討しましょう。



③ 熱中症リスクに応じた措置

通気性・透湿性の良い衣服の選択

ファン付作業服

- 可能な範囲で通気性・透湿性の良い（熱がこもりにくい）衣服を選択しましょう。
- 保護服や保護具を着用する必要性があるときは、保護性能と通気性・透湿性のバランスを考慮して選択しましょう。
- ファン付き作業服、クールベスト等、身体を冷却する機能を持つ服を着用することは一定の効果があります。
  （ただし過信は禁物ですので、他の対策と組み合わせましょう。）

クールベスト
（保冷剤式）

クールベスト
（冷水循環式）

水分・塩分の定期的な摂取

- 熱中症を防ぐためには、「定期的に水分・塩分を摂取すること」が必要です。
- 水分だけ、塩分だけでは不十分です。
- のどが渇いてから、のどを潤す程度では足りません。
- 定期的に、意識的に摂取するよう心がけましょう。

水分・塩分を摂取する際の目安

- 0.1 ～ 0.2% の食塩を含む飲料
- ナトリウムを 40 ～ 80mg/100mL 含むスポーツドリンク

これらを 20 ～ 30 分ごとにコップ 1 ～ 2 杯程度

※経口補水液は塩分濃度が高いため、「定期的な摂取用」には向きません。
※塩分、糖分の摂取が制限されるなど基礎疾患を有する方については、主治医、産業医に相談しましょう。

作業開始前・休憩時のプレクーリング

- 活動前に身体冷却を行う「プレクーリング」を行うと、体温上昇が抑えられ、作業時間を延長することが期待できます。
- 手足の浸水や、送風スプレーなどの方法が有効です。
  （併用するとさらに効果があります）
- 身体の内部から冷やせる「アイススラリー」の摂取も有効です。

プレクーリングイメージ

計画的な暑熱順化

あらかじめ暑さに慣れることによって、熱中症に強い体を作ることができます。

- 皮膚血管拡張反応、発汗反応が促進され、体温を下げる働きが強化されます。
- 汗に含まれる塩分濃度が低くなり、汗をかいても塩分損失がゆるやかになります。

暑くなる前、暑熱作業に入る前に計画的に暑熱順化を得ることが重要です。

- 暑熱順化を獲得するには、最低でも１週間はかかります。
- 数日間暑熱環境から遠ざかると、暑熱順化が薄れてしまうので、お盆明けなどの長期休暇明けは要注意です。

有効な休憩所の整備

熱中症を防ぐためには、「体を休め、冷やすことが出来る」休憩所が必要です。

- 休憩所がないと、せっかく休憩を取ってもその効果は減ってしまいます。
- 熱中症になってしまったときの一時的な待機所としても有効です。

冷房や冷蔵庫を備えた、横になるスペースのある休憩所が理想です。

本格的な休憩所の設置が難しい場合も、工夫次第で有効な休憩所を作ることができます。

- 屋根やテントで日差しをさえぎる。
- ミスト付き扇風機で温度を下げる。
- ベンチを置いて横になれるようにする。
- 冷房の効いたワゴン車の荷室部分を休憩場所にする。

可能な範囲で休憩所の設置を検討し、作業者に周知してください。

健康管理

いくつかの疾病（既往症）※は、熱中症の発症に影響を与えるおそれがあります。

※糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全、精神・神経関係の疾患、広範囲の皮膚疾患等。

- 健康診断等で異常所見があると診断された場合には、医師の意見に基づき適切な措置を行いましょう。

体調不良※によって熱中症の発症に影響を与えるおそれがあります。

※風邪、発熱、下痢、嘔吐、飲酒、二日酔い、朝食抜き、睡眠不足等。

- 朝礼時や巡視時、休憩時等に作業者の健康状態を確認しましょう。
- 作業者から申し出やすい環境、無理をさせない環境づくりが重要です。

③ 熱中症リスクに応じた措置

職場巡視

- 職場巡視を行い、下記について確認しましょう。
  - 体調不良者が出ていないか
  - 定期的な水分・塩分の摂取ができているか
  - 休憩は十分に取れているか
  - WBGT 値に応じた対応が出来ているか

救急体制

- 熱中症の疑いがある者が出た場合は、
  無理をさせずに涼しいところで横にして、水分･塩分を摂取させてください。
- 体調が悪くなった人を一人にはしないようにしてください。
  体調が急変する場合もあります。
- II 度以上の症状（頭痛、吐き気、嘔吐、意識障害、高体温）が生じたら、
  躊躇なく救急車を呼びましょう。
- 救急車が来るまでの間、体温を下げるための努力をしましょう。
- 熱中症は対応を誤ると取り返しがつかないことになりかねません。
  勇気を持った行動で自分や同僚を守りましょう。

教育研修

- 熱中症を防止するためには、熱中症に対する知識を付けることが重要です。
- 日頃から熱中症に対する情報を取り入れるように心がけるとともに、教育研修を
  実施しましょう。
- ガイドラインでは、立場に応じた３種類の研修の実施（受講）が推奨されています。
  - 熱中症予防管理者向け：225 分
    （衛生管理者、安全衛生推進者も受講することが望ましいとされています）
  - 職長向け　　：60分
  - 作業従事者向け　　：短時間で繰り返す

これらの対策にしっかり取り組むことで、
熱中症を予防し、安全に効率良く業務を遂行できます!