



情報(第 190 号)



令和7年4月30日

745-0031 周南市銀南街 21 銀南ビル 2 階
銀座社会保険労務士法人 社会保険労務士 吉国 智彦

TEL 0834-34-0567 FAX 0834-34-0565

E-mail: ginzasyakaihoken@iaa.itkeeper.ne.jp

<https://ginza-syaroushi.com/>

動画: 社会保険労務士チャンネル

<https://www.youtube.com/channel/UCUHFVsnXW9LJGy4HG4hRQZw>

熱中症対策

先週は、半日もすると、自動車内でホットコーヒーが飲めた気温でした。気象庁の暖候期予報（令和 7 年 2 月 25 日発表）によると、令和 7 年の夏は全国的に気温が高いと予想されております。そこで、「熱中症」に警戒が必要です。



1 職場における熱中症死傷者数

令和 2 年から令和 6 年までの労災死傷者数は次表のとおりで、令和 4 年以降、死傷者数はうなぎ登りで、3 年連続して死亡者数が 30 人以上となっています。

気温が上昇しているのだから当然ではなく、対応策を講じて減少させることが知恵といえます。

区分（人）	令 2	令 3	令 4	令 5	令 6
職場における熱中症死傷者数	959	561	827	1,106	1,195
上記のうち、死亡者数	22	20	30	31	30

（厚生労働省：STOP！熱中症 クールワークキャンペーン）

2 熱中症対策の強化

上記のような状況から、この度、労働安全衛生規則が改正されました。その内容は、対象となる作業においては、「体制整備・手順書作成・関係者への周知」を罰則付きで事業者には義務付けするというものです（令和 7 年 6 月 1 施行）。

当法人では今月から、お客様へ順次、体制整備と手順内容、その職場内での掲示についてご提案しております。

対象作業
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 時間超えの場合

3 WBGTの意義

WBGT（Wet Bulb Globe Temperature）は、暑さ指数とも呼ばれます。

熱中症を予防することを目的として 1954 年にアメリカで提案された指標です。単位は気温と同じ摂氏度（℃）で示されますが、その値は気温とは異なります。暑さ指数（WBGT）は人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい ①湿度、②日射・輻射（ふくしゃ）など周辺の熱環境、③気温の 3 つを取り入れた指標です。これが 28（嚴重警戒）を超えると熱中症患者が著しく増加します。

そこで、WBGT 値を把握するために、その測定器があり、表紙がその例です（当法人のお客様で撮影）。表紙の商品は、WBGT 値、気温、湿度、以下の目安を同時に表示しますから、便利です。

25	28	31
注意	警戒	嚴重警戒
		危険

4 暑熱順化

サッカーの国際試合では、寒い国から暑い国へ移動しての試合が日常茶飯事です。その際には暑熱順化がおおいに問題となります。体を動かすと、体内で熱が作られ体温が上昇、汗をかくこと（発汗）による気化熱や、心拍数の上昇や皮膚血管拡張によって体の表面から空気中に熱を放熱して、体温調節をします。この体温調節ができないと、体の中に熱がたまって体温が上昇し、熱中症が引き起こされます。

暑熱順化とは、体が暑さに慣れることです。暑い日が続くと、体は次第に暑さに慣れて（暑熱順化）、暑さに強くなります。それに必要な期間は、通常、2 週間が定説です。したがって、5 月は気温がさほど高なくても要注意期間といえます。

5 熱中症防止の 3 つの心得

今日は暑いな、から熱中症防止が始まるのでありません。前日、当日の朝も大事となります。以下に注意しましょう。

前日	仕事前日の飲酒は控えめに 十分な睡眠 熱中症警戒アラートの確認
仕事前	十分な睡眠をとったか 朝食をとる 体調に異常がないか 二日酔いではないか 熱中症警戒アラートの確認
工作中	単独作業を避け、声をかけあう 監督者は現場を注視する 水分・塩分補給 こまめな休憩

6 熱中症アラート

アラートとは「警戒」「警報」の意味です。個人的には、『熱中症警戒』の方がピンとくると考えます。それはともかく、4 月下旬から 10 月下旬にかけて、前日夕方（17 時頃）又は当日早朝（5 時頃）に都道府県ごとに、テレビ・ラジオ・防災無線・SNS を通じて発信されます。

7 熱中症対策の物品

シャツやインナーの内側にスプレーすることで、体感温度を下げ、涼感が持続するスプレーがあり、以下の事業所事業様でお取扱いです（別添）。お問合せ、お求めは、直接ご連絡ください。

746-0024 周南市古泉 1-12-34 有限会社 沖管工工業 電話 0834-63-3229 代表取締役 沖 良彦
--

以上