

環境省における熱中症対策

— 近年の異常気象の傾向と対策のポイント —

環境省大臣官房環境保健部企画課熱中症対策室環境専門調査員 中山美恵

1. はじめに「改正気候変動適応法」について

近年、気温の上昇、動植物の分布域の変化など、気候変動の影響が全世界的に起きつつある。気候変動による健康への影響は、熱中症死亡者の増加のみならず、それ以外にも自然災害による被害者の増加、節足動物媒介感染症の拡大など多岐にわたり、まさに人類や地球上に生きる全ての生物にとって、生存基盤を揺るがす危険と言える状況である。

わが国では、従来「地球温暖化対策の推進に関する法律」（平成10年法律第117号）の元で、温室効果ガスの排出削減対策（緩和策）を進めてきたところで

あるが、気候変動に対処し、国民の生命・財産を将来にわたって守り、経済・社会の持続可能な発展を図るために、平成30年6月に「気候変動適応法」（平成30年法律第50号）が新法として制定され、同年12月に施行された。しかしながら、この気候変動適応法の施行後においても、国内の熱中症死亡者数の増加傾向が続いていること、また諸外国において極端な高温現象の発生なども起きており、地球温暖化が進行することで、わが国においても熱中症による被害がさらに増加する恐れがあることから、熱中症対策をより一層推進するために、熱中症の発症の予防を強化する仕組みを創設するなどの措置を講じることを目的に、「気候変動適

応法および（独）環境再生保全機構法の一部を改正する法律」（令和5年法律第23号。以下、「改正気候変動適応法」という）が令和5年5月に制定され、令和6年4月1日に全面施行された（図-1）。

2. 日本の暑熱の状況、熱中症の救急搬送人員、熱中症の死亡者数等

(1) 日本の暑熱の状況

気象庁の公表資料によると、日本の年平均気温は、この100年間で約1.38℃の割合で上昇している。特に、令和7年は、令和5年および令和6年を上回り、わが国の観測史上1位となる高温となった。また、改正気候変動適応法に基づく、

公布日：令和5年5月12日 全面施行：令和6年4月1日

気候変動適応の一分野である熱中症対策を強化するため、**気候変動適応法**を改正し、熱中症に関する政府の対策を示す**実行計画**や、熱中症の危険が高い場合に国民に注意を促す**特別警戒情報**を法定化するとともに、特別警戒情報の発表期間中における**暑熱から避難するための施設の開放措置**など、熱中症予防を強化するための仕組みを創設する等の措置を講じるものです。

■ 背景

- 熱中症対策については、関係府省庁で普及啓発等に取り組んできたが、熱中症による**死亡者数の増加傾向**が続いており、近年は、**年間1,000人を超える年**も。
- 「**熱中症警戒アラート**」（本格実施は令和3年から）の発表も実施してきたが、**熱中症予防の必要性**は未だ国民に十分に浸透していない。
- 今後、地球温暖化が進めば、**極端な高温**の発生リスクも**増加**すると見込まれることから、法的裏付けのある、より積極的な熱中症対策を進める必要あり。

熱中症による死亡者(5年移動平均)の推移



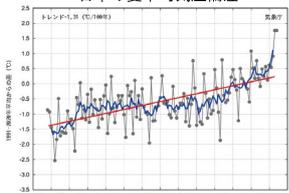
出典：人口動態統計から環境省が作成

熱中症による死者数

西暦	熱中症 (世)
2017年	635人
2018年	1,581人
2019年	1,224人
2020年	1,528人
2021年	755人
2022年	1,477人
2023年	1,651人

出典：人口動態統計から環境省が作成

日本の夏平均気温偏差



出典：気象庁日本の年平均気温

■ 主な改正内容

	施行前	施行後
国の対策	・ 環境大臣が議長を務める熱中症対策推進会議（構成員は関係府省庁の担当局長）で 熱中症対策行動計画 を策定（法の位置づけなし） （関係府省庁：内閣官房、内閣府、総務省、文部科学省、厚生労働省、農林水産省、経済産業省、国土交通省、気象庁）	・ 熱中症対策実行計画 として法定の閣議決定計画に格上げ → 関係府省庁間の連携を強化し、これまで以上に総合的かつ計画的に熱中症対策を推進 ※熱中症対策推進会議は熱中症対策実行計画において位置づけ
アラート	・ 環境省と気象庁とで、 熱中症警戒アラート を発信（法の位置づけなし） ※本格実施は令和3年から 「アラート」の告知画像	・ 現行アラートを 熱中症警戒情報 として法に位置づけ → さらに、より深刻な健康被害が発生し得る場合に備え、一段上の 熱中症特別警戒情報 を創設（新規） → 法定化により、以下の措置とも連動した、より強力かつ確実な熱中症対策が可能に
地域の対策	・ 海外においては、極端な高温時への対策としてクーリングシェルターの活用が進められているが、国内での取組は限定的 ・ 独居老人等の熱中症弱者に対する地域における見守りや声かけを行う自治体職員等が不足	・ 市町村長が冷房設備を有する等の要件を満たす施設（公民館、図書館、ショッピングセンター等）を 指定暑熱避難施設（クーリングシェルター） として指定（新規） → 指定暑熱避難施設は、特別警戒情報の発表期間中、 一般に開放 ・ 市町村長が熱中症対策の普及啓発等に取り組む民間団体等を 熱中症対策普及団体 として指定（新規） → 地域の実情 に合わせた普及啓発により、熱中症弱者の予防行動を徹底

独立行政法人環境再生保全機構法の改正により措置

- 環境再生保全機構の業務として追加
1. 警戒情報の発表の前提となる情報の整理・分析等
 2. 地域における対策推進に関する情報の提供等
- 熱中症対策をより安定的かつ着実に実行できる体制を確立

政府・市町村等関係主体の連携した対策の推進により、熱中症死亡者数の顕著な減少を目指す

図-1 気候変動適応法および（独）環境再生保全機構法の一部を改正する法律の概要

「熱中症警戒情報」（以降、熱中症警戒アラート）の述べ発表回数^{※注1}は、年々増加しており、令和7年夏は合計1,749回と史上最多の発表となった。

※注1：熱中症警戒アラートは、ある地域に複数回（別日）に発表されることがあるため、これを複数回としてカウントしている。

(2) 熱中症の受診者数、救急搬送人員、死亡者数

環境省が作成している「熱中症環境保健マニュアル2022」^{※注2}では、「高温環境下に長期間いたとき、あるいは、いた後の体調不良はすべて熱中症の可能性あります。」としている。また、熱中症には、重症度の観点から、Ⅰ度（軽症）、Ⅱ度（中等症）、Ⅲ度（重症）、Ⅳ度（最重度）に分類することができるが、軽症については、医療機関を受診することなく回復する場合もある。このため、医療機関を受診していない例も含めて、わが国で熱中症がどれくらい起きているかについて、正確な患者数は把握されていない。

※注2：環境省では、「熱中症環境保健マニュアル2022」について、現在、改訂の議論を行っているところであるため、今後、記載した表現等が変更される可能性がある

① 診療報酬明細書のデータによる熱中症患者数

厚生労働省が管轄する診療報酬明細書（レセプト）に記載されているデータの分析によると、「熱中症」として医療機関を6～9月の間に受診した患者数は、毎年30～60万人程度となっており、平

均気温等が暑い年は、受診した患者数が多くなると報告がある。

② 総務省消防庁による熱中症の救急搬送人員

総務省消防庁では、平成20年より、毎年5月から9月末の期間における熱中症による救急搬送人員を公表している。最新の公表情報（令和7年10月29日、令和7年度の確定数）によると、令和7年（5月～9月）の全国における熱中症による救急搬送人員の累計は、100,510人と調査開始以降、最多の搬送人員であった。

そのうち、65歳以上の高齢者が占める割合は6割近くとなっている。しかしながら、65歳未満の成人の割合も高齢者に継ぐ33.9%と高い割合であり、高齢者だけでなく幅広い年代において注意

が必要である（図-2）。

③ 厚生労働省人口動態統計による熱中症の死亡者数

厚生労働省では、人口動態統計（確定数）として、年度別にみた熱中症による死亡者数を公表している。最新の公表情報（令和7年9月16日、令和6年度の確定数）によると、令和6年の熱中症死亡者数は、2,160人とこれまでの中で2番目の多さであった。なお、この熱中症死亡者数のうち、65歳以上であるものは、1,835人（85.0%）となっている（図-2）。

④ 熱中症死亡者数の状況

東京23区において、熱中症にて死亡した306名のうち8割以上が、65歳以上の高齢者であった。また、屋内で死亡した方も8割以上であった。屋内で死亡

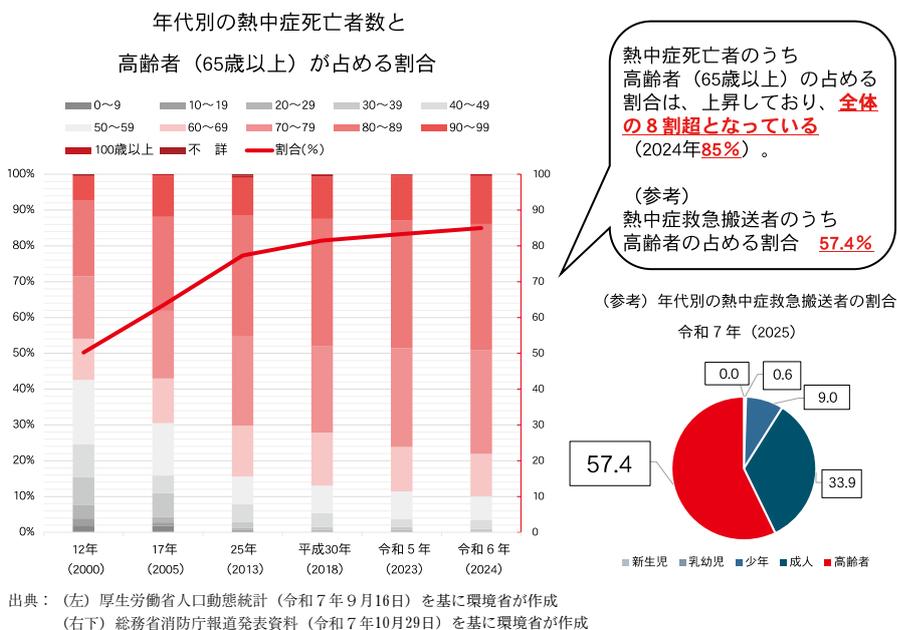


図-2 熱中症のうち高齢者が占める割合

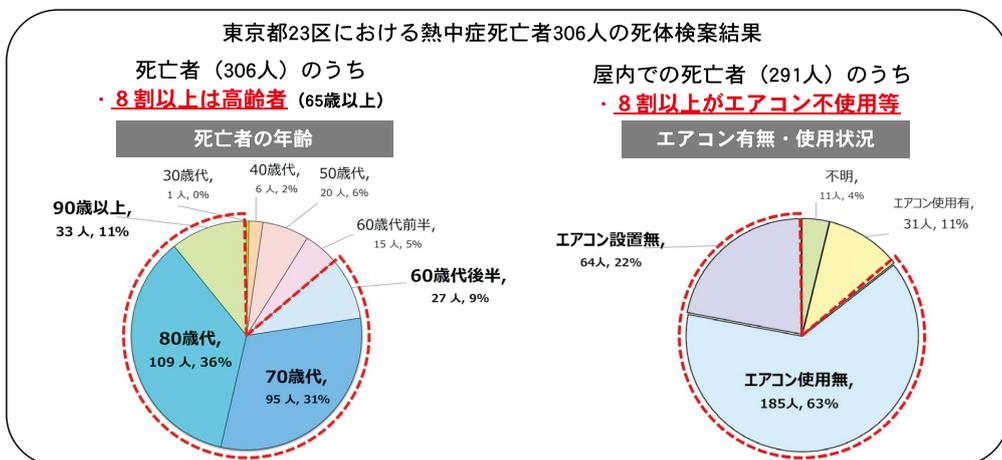


図-3 令和6年度夏の熱中症死亡者の状況

した方の8割がエアコンの使用無であり、熱中症死亡者におけるエアコンの未使用率が高かった。エアコンはあるものの、使用していない割合が63%を占めており、経済的な理由や習慣的な理由が考えられるが、適切にエアコンを使用することで、熱中症による死亡を減らすことにつながる(図-3)。

3. 改正気候変動適応法の概要

(1) 政府による熱中症対策実行計画の策定

熱中症対策の推進に関する実行計画として、政府は、熱中症対策の集中的かつ計画的な推進を図るため、熱中症対策実行計画(以下「実行計画」という。)を定めることとされた(新法第16条)。

これに基づき、政府では、令和5年5月に実行計画を閣議決定している。この実行計画では、令和12年までに、熱中症による死亡者数を現状から半減することを中長期的な目標とし、これに向けて、国、地方公共団体、事業者等の関係者の基本的な役割や、命と健康を守るための普及啓発および情報提供などからなる熱中症対策の具体的な施策等を定めている。関係府省庁では、この実行計画に基づいて、「熱中症予防強化キャンペーン」な

どの熱中症対策の取組を連携して実施している。

(2) 熱中症警戒情報および熱中症特別警戒情報

政府では、従来、熱中症のなりやすさを示す「暑さ指数(WBGT(湿球黒球温度): Wet Bulb Globe Temperature)」^{※注3}という指標に基づいて、国民に危険な暑さへの注意を呼び掛けており、例えば、令和3年度からは、翌日のある府県予報区等内の暑さ指数が33を超えると予測された場合に、環境省と気象庁が連携して「熱中症警戒アラート」を発表している。

※注3: 人体と外気との熱のやり取り(熱収支)に着目した、気温、湿度、日射・輻射、風の要素をもとに算出する熱中症の発生リスクを示した指標。

改正気候変動適応法では、この「熱中症警戒アラート」をより実効性のある仕組みとするため、「熱中症警戒情報」として法的に位置づけるとともに、重大な健康被害が発生するおそれのある場合に発表する「熱中症特別警戒情報」が創設されることとなった。

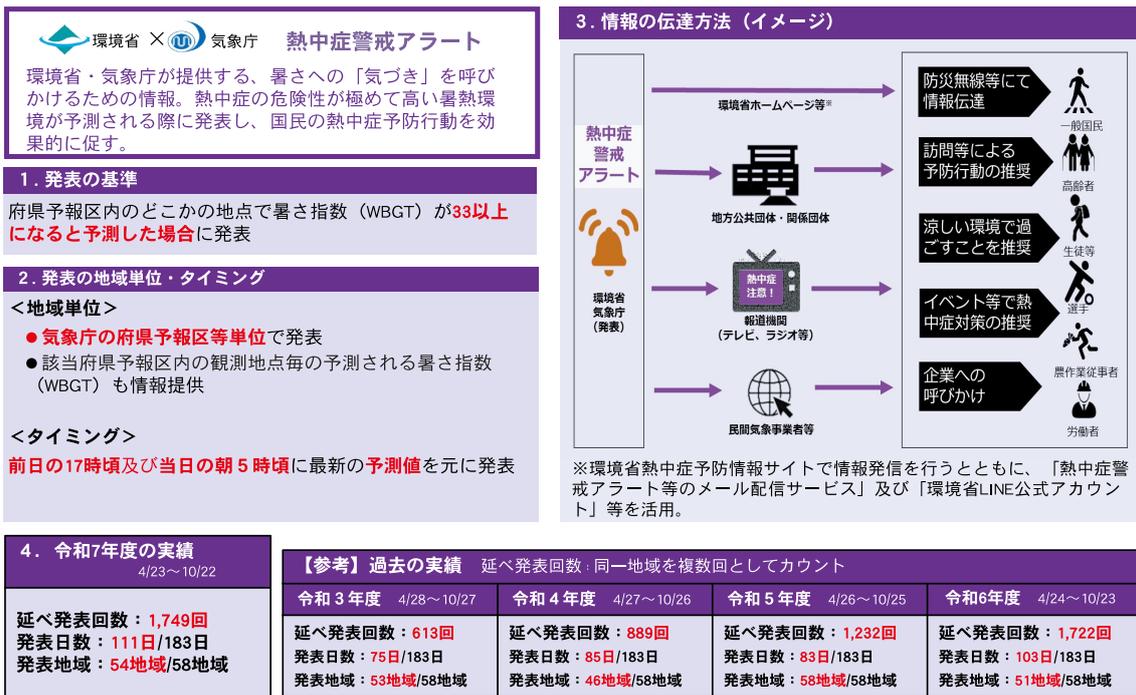
まず、「熱中症警戒アラート」については、環境大臣は、気温が著しく高くなることにより熱中症による人の健康に関

わる被害が生ずるおそれのある場合に発表することとされた(新法第18条)。具体的には、全国58に分けた府県予報区等を単位として、この予報区内の情報提供地点におけるある日の暑さ指数の最高値が33以上(小数点以下を四捨五入)と予測される場合に、熱中症警戒アラートを発表している(図-4)。

次に「熱中症特別警戒アラート」については、環境大臣は、気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の重大な健康被害が生ずるおそれがある場合として認めるときに、熱中症特別警戒情報を発表し、関係都道府県知事に通知し(新法第19条第1項)、環境大臣から熱中症特別警戒情報の発表に係る通知を受けた都道府県知事は、関係市町村長にその旨を通知し、都道府県知事から通知を受けた市町村長は、住民等に伝達しなければならないとされた(新法第19条第2条および第3項)。具体的には、都道府県を単位として、都道府県内の全ての情報提供地点におけるある日の暑さ指数の最高値が35以上(小数点以下を四捨五入)と予測される場合に、熱中症特別警戒アラートを発表することとしている(図-5)。

なお、令和3年の熱中症警戒アラートの運用開始以来の延べ発表回数、発表日

令和7年度は4月23日(水)から10月22日(水)まで実施



出典: 令和7年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ(令和7年11月13日開催)資料1

図-4 熱中症警戒アラートについて

令和7年度は4月23日(水)から10月22日(水)まで実施

環境省 熱中症特別警戒情報

気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある場合に、環境省が発表する情報。
 自助を原則として、個々人が最大限の熱中症予防行動を実践するとともに、共助や公助として、個々人が最大限の熱中症予防行動を実践できるように、国、地方公共団体、事業者等全ての主体において支援することを目的としている。

1. 発表の基準

都道府県内において、**全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の日最高暑さ指数 (WBGT) が35 (予測値) に達する場合**に発表

2. 発表の地域単位・タイミング

<地域単位>

- 都道府県単位で発表
- 該当都道府県内の観測地点毎の予測される暑さ指数 (WBGT) も情報提供

<タイミング>

前日10時頃における翌日の予測値で判断し、**前日の14時頃**に発表

3. 情報の伝達方法 (イメージ)

4. 令和7年度の実績 (参考) 令和6年度

4/23~10/22	4/24~10/23
延べ発表回数：0回	延べ発表回数：0回

青矢印：法律に基づく情報の流れ

出典：令和7年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ（令和7年11月13日開催）資料1

図-5 熱中症特別警戒アラートについて

数、発表地域数は表-1、図-6の通りである。

熱中症警戒アラートの延べ発表回数は年々増加していること、令和5年には全国全ての予報区で発表されていることを踏まえれば、熱中症はいつでもどこでも発生する可能性がある。例年7~8月の発表回数が多い状況ではあるが、5月から発表されており、早期からの暑熱順化^{※注4}等の熱中症対策が重要である。なお、令和6年より運用が開始された熱中症特別警戒アラートについては、現時点では発表がないが、アラートの発令の有無に関わらず、熱中症予防行動に努めていただきたい。

※注4：暑さに体が慣れること。本格的に暑くなる前の時期から、「暑熱順化」することによって、熱中症のリスクの高い環境にさらされても熱中症になりにくくなる。

(3) 指定暑熱避難施設

熱中症特別警戒アラートが発表された場合に、冷房設備を使用できない地域の住民等に対して開放される施設が、指定暑熱避難施設（通称、クーリングシェルター）である。

改正気候変動適応法では、市区町村長は、熱中症による人の健康に関わる被害の発生を防止するため、当該市区町村長の区域内の施設において指定の要件に適合するものを、指定暑熱避難施設として

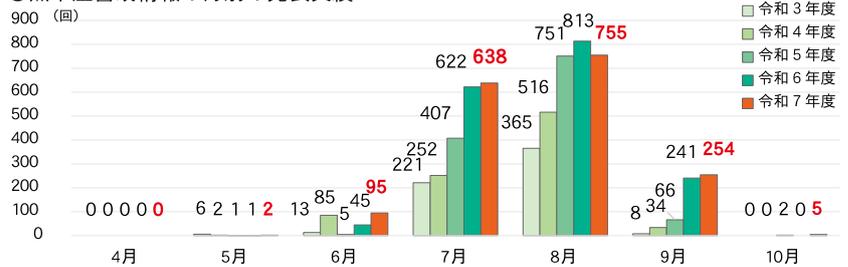
表-1 熱中症 延べ発表回数、発表日数、発表地域

	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
延べ発表回数	613回	889回	1232回	1722回	1749回
発表日数	75日	85日	83日	103日	111日
発表地域	53地域	46地域	58地域	51地域	54地域

○発表実績 4/23~10/22 (延べ発表回数：同一地域を複数回としてカウント)

熱中症特別警戒情報	熱中症警戒情報
延べ発表回数：0回	延べ発表回数：1,749回 発表日数：111日/183日 発表地域：54地域/58地域

○熱中症警戒情報の月別の発表実績



(参考) 年度別発表実績 (延べ発表回数：同一地域を複数回としてカウント)

	令和3年度 4/28~10/27	令和4年度 4/27~10/26	令和5年度 4/26~10/25	令和6年度 4/24~10/23
熱中症特別警戒情報	—	—	—	延べ発表回数：0回
熱中症警戒情報	延べ発表回数：613回 発表日数：75/183日 発表地域：53/58地域	延べ発表回数：889回 発表日数：85/183日 発表地域：46/58地域	延べ発表回数：1,232回 発表日数：83/183日 発表地域：58/58地域	延べ発表回数：1,722回 発表日数：103/183日 発表地域：51/58地域

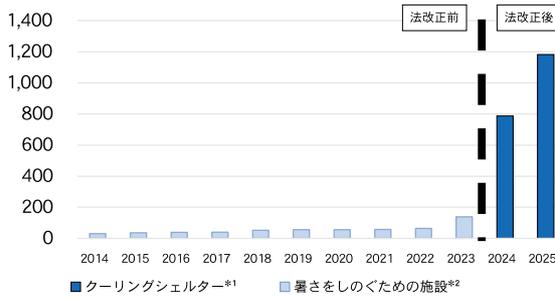
出典：令和7年度第1回熱中症特別警戒情報等に関するワーキング・グループ（令和7年11月13日開催）資料1

図-6 令和7年度 熱中症特別警戒アラート・熱中症警戒アラートの発表状況

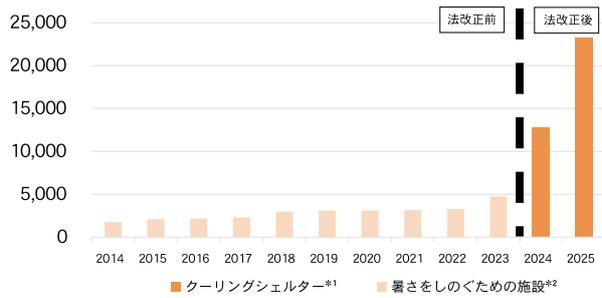
指定することができる（新法第21条第1項）。なお、指定暑熱避難施設の指定要件は、①当該施設が適当な冷房設備を有すること、②熱中症特別警戒情報が発表されたときは、当該熱中症特別警戒情報の期間中、当該施設を住民その他の者に開放することができること、③住民そ

他の者の滞在の用に供すべき部分について、必要かつ適切な空間を確保すること、の3点である（新法第21条第1項第1号および第2号並びに規則第4条）。熱中症特別警戒アラートが発表されたとき、指定暑熱避難施設として指定を受けた施設の管理者は、あらかじめ定めた

指定市区町村数（累計）



指定施設数（累計）



	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
クーリングシェルター指定市区町村数											787	1,182
クーリングシェルターまたは暑さをしのぐための施設開設市区町村数* 3</td <td>31</td> <td>36</td> <td>39</td> <td>41</td> <td>52</td> <td>56</td> <td>56</td> <td>58</td> <td>64</td> <td>139</td> <td>999</td> <td>1,329</td>	31	36	39	41	52	56	56	58	64	139	999	1,329

	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
クーリングシェルター施設数* 3</td <td>1,758</td> <td>2,123</td> <td>2,192</td> <td>2,317</td> <td>2,980</td> <td>3,104</td> <td>3,104</td> <td>3,175</td> <td>3,289</td> <td>4,758</td> <td>12,860</td> <td>23,311</td>	1,758	2,123	2,192	2,317	2,980	3,104	3,104	3,175	3,289	4,758	12,860	23,311

*1 気候変動適応法改正法第21条で規定する指定暑熱避難施設
 *2 指定暑熱避難施設以外の施設であって、自治体で開設している暑さをしのぐという趣旨に合致している施設
 *3 2014年から2023年の値は、令和5年12月実施の「令和5年度熱中症新制度の施行のための調査検討業務」より作成。
 2024年の値は、令和6年7月2日事務連絡「指定暑熱避難施設等の設置状況に関する情報提供について（周知依頼）」に基づき、環境省へ報告を受けた情報より作成。
 2025年の値は、令和7年5月30日事務連絡「指定暑熱避難施設等の設置状況に関する情報提供について（周知依頼）」に基づき、環境省へ10月20日までに報告を受けた情報より作成。

図-7 クーリングシェルターを指定している市区町村数およびクーリングシェルター施設数の推移

開放可能な日および時間帯において当該指定暑熱避難施設を開放しなければならない（新法第21条第5項）。また、市町村長は、指定する指定暑熱避難施設の管理者との間において、施設の開放可能日等、受け入れ可能と見込まれる人数等を定めた協定を締結する必要がある（新法第21条第2項および第3項並びに規則第5条）、さらに、市町村長は、指定した指定暑熱避難施設の名称、所在地、開放可能日等並びに開放により受け入れ可能と見込まれる人数を公表しなければならない（新法第21条第4項）。令和7年10月時点の実績としてすでに全国の市区町村の半数超（1,182）、施設数にして2万施設超（23,311）で指定がされており、環境省としては、引き続き、この指定がさらに広がるよう、地方自治体の取組を支援していく（図-7）。

市町村による指定暑熱避難施設の指定状況については、環境省熱中症予防サイトでリンク集を公開している。

(4) 熱中症対策普及団体

地域における熱中症対策については、地域に根ざした熱中症対策の普及啓発等の取組を行う民間の力を活用することで、地域単位で、熱中症対策としての予防行動の普及啓発をより推進し、近年高止まりしている熱中症による救急搬送人員や死亡者数の減少につなげていくことが必要である。こうした地域の団体による熱中症に関する住民等への普及啓発や相談、

助言を効果的、効率的に実施できるように設けられたのが、「熱中症対策普及団体」（以下「普及団体」という。）の指定制度である。

具体的には、市町村長は、事業者および住民への啓発活動、住民からの相談対応・助言等の熱中症対策普及事業を実施する法人（例えば、訪問介護等の社会福祉事業を行っている法人）などで、一定の基準に適合すると認められるものを、その申請により、普及団体として指定することができる（新法第23条第1項および第3項各号並びに規則第6条）。

普及団体の具体的な活動としては、熱中症に対する適切な予防行動等の知識を地域住民等に一般的に広く知らせることや、高齢者等への声かけとして、訪問時に熱中症警戒情報等の確認、こまめな水分・塩分補給、適切な冷房設備使用等の熱中症予防行動を働きかけること等が考えられる。

(5) 熱中症予防行動と普及啓発について

環境省では、熱中症警戒アラートの情報を確認すること、熱中症になりやすい高齢者や子ども等に見守り・声掛けを行うこと、エアコンを適切に使うこと、こまめな水分塩分補給を行うことの4つの熱中症予防行動をWEBサイトやLINE、Xでの情報発信のほか、ラジオや各地のデジタルサイネージ、政府広報等を通じて情報発信を行っている（図-8、9）。

4. 職場環境での注意事項

環境省で作成している「熱中症環境保健マニュアル2022」において、職場環境での注意事項を掲載している。職場における熱中症が生じやすい要因は、炉や高温物体があること、周囲のペースに合わせなければならないこと、身体を動かす時間が長いこと、体調に合わせて休憩しにくいことがあげられる。1960年代までは、鉱山、紡績、金属精錬、船内作業などの職場で、熱中症が多発していたが、栄養状態の改善、機械化が進んだことに加えて、冷房も普及し重度の熱中症は激減すると考えられた。しかし、都市化や地球温暖化により、暑さが厳しさを増し、労働災害における熱中症による死傷者の発生数は、増加し高止まりである。熱中症死亡者、休業者の発生時刻を見ると、体温が上昇しやすい14～16時、11時にピークが認められる。業種別では、建設業が最多であり、次いで製造業が多い。年齢別の死傷者率は、年齢とともに大きくなり、65歳以上は、25～29歳の2倍以上であるが、19歳以下の若年者も非常に多い（図-10）。

暑い現場での作業開始後、熱中症により、死に至るまでの経過日数は、初日が最も多く、2日目以降次第に減少するが、10日以上経過後の死亡も多数ある。地域別の死亡者の状況を見ると、関東、東海、近畿で半数以上を占めるが、北海道や東北でも発生している。熱中症予防の

ためには、「環境」、「作業」、「人」に分けて検討する必要がある。「環境」の要因には、高温、多湿、発熱体から放射される赤外線による熱、無風または熱風がある。特に多湿な環境では、汗が蒸発しにくく、体温の調整に無効な発汗が増えて、脱水状態に陥りやすくなる。そのため、太陽光や高温の物体からの赤外線を屋根等で遮り、風通しを確保するように工夫が必要である。「作業」の要因としては、暑さに慣れていない時期、高い身体負荷、長時間連続で休憩の少ない作業、通気性や透湿性の悪い衣服や保護具の着用等がある。特に化学防護服を着て行う作業では、汗がほとんど蒸発せず、体温が上昇しやすいため、梅雨明けや休み明けの急に暑くなった時期では、なるべく連続作業を減らし、休憩の頻度を増やし、化学防護服を脱がせることで、休憩中に体温を正常化し、脱水を予防できるような工夫も重要である。また、作業場所では暑さ指数を測定し、熱中症リスクを把握することも必要である。図-11右側の表に示したWBGT基準値は、身体作業強度および暑熱順化の有無に応じた値で、健康な作業者を基準に、それ以下の暑熱環境に暴露されても、ほとんどの人が熱中症を発症する危険のないレベルに相当するものとして設定されている。作業場所で測定した暑さ指数が、図-11右側の表の基準値を超えるまたは超えていると考えられる状況では、その作業場所は熱中症の発生リスクが存在すると判断して、作業環境管理、作業管理、健康管理の観点から実施できる対策を可能な限り実行することが求められる。管理面の主要な対策の一つとして、暑さ指数に応じた十分な休憩時間の確保が挙げられる。休憩時間の目安は、暑熱順化した作業員において、暑さ指数が基準値程度から1℃程度超えているときには、1時間当たり15分以上の休憩、2℃程度超えているときには、30分以上の休憩、3℃程度超えているときには、45分以上の休憩、それ以上に超えているときには、作業中止が望まれる。作業員が暑さに十分に慣れていない場合は、これらの目安よりもさらに多めの休憩時間の確保が必要である。暑さへの順化には数日から一週間程度の時間がかかる。順化するまでは、汗を上手にかけず、体温が上がりやすいので注意が必要である。また、熱中症の発生には体調や健康状態が大きく影響する。睡眠不足等で体温が正常化しな

環境省では、熱中症を予防する行動として、以下の4点を呼びかけている。これらは、環境省動画チャンネル(youtube)や各種のポスターで見ることができる。*熱中症予防情報サイトでは、「普及啓発」で示している。



ペンギンさんの熱中症講座(約15秒動画)



ペンギンさんの熱中症講座
適切にエアコンを使用しよう編



ペンギンさんの熱中症講座
暑さ指数を確認しよう編

図-8 熱中症予防行動

熱中症予防に資する情報を一元的に掲載

- 全国841地点の暑さ指数
- 熱中症警戒アラート、熱中症特別警戒アラートの発表状況
- 熱中症の予防方法と対処方法
- 各種リーフレット、マニュアル等
- 環境省、関係府省庁の取組 等



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

環境省が運営する「熱中症予防情報サイト」へのアクセス数は年々増加しており、令和7年度は累計約1億7千万ビュー(令和6年:約1億1千万、令和5年:約8千万)となっている

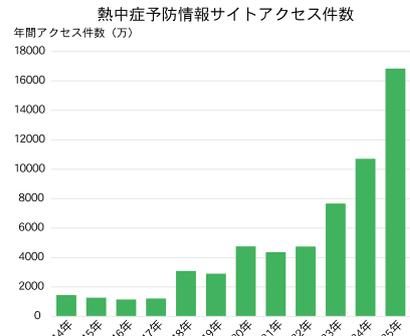


図-9 熱中症予防情報サイトへのアクセス状況



図-10 熱中症環境保健マニュアル2022(1)

熱中症をなくするために III

5. 労働環境での注意事項

(1) 職場における熱中症の特徴

① 職場で発生しやすい職場
 職場における熱中症が発生しやすい要因は、伊や高温物体があること、周囲のペースに合わせなければならないこと、身体を動かす時間が長いこと、体調に合わせて休憩しにくいことです。鉱山、結核、金属精錬、船内作業等の職場で、熱中症が多発していました。その後、採掘技術が改善し、機械化が進み、氷室も普及してきたため、重症の熱中症は激減すると考えられていました。しかし、職場に空調が普及した一方、都市化や地球温暖化による暑さが顕著になり、労働災害における熱中症による死者の発生数は、むしろ増加し、過去最大の記録です(図3-16)。熱中症で春・休業中の発生時数をみると、休日に占める割合は、1960年代までは、鉱山に次ぐ第二位、建設の11位に次ぐ第三位で占められます(図3-17)。農林業では、建設業が最多で、次いで農林業が多くなっています(図3-18)。年齢層別の発生率(1人1労働年あたり)は50代に発生した労働者の割合は年々増加し、60代以上に大きくなる傾向で、65歳以上は25~29歳の2倍以上です。1980年代の若年者も非常に多くなっています(図3-19)。

図3-16 労働災害における熱中症による死亡者数と死者発生率(死亡者数+4日以上の死者発生率)(2006~2020年)

図3-17 労働災害における熱中症による発生時数別の死亡者数と死者発生率(死亡者数+4日以上の死者発生率)(2006~2020年)

図3-18 労働災害における熱中症による産業別の死亡者数と死者発生率(死亡者数+4日以上の死者発生率)(2006~2020年)

図3-19 労働災害における熱中症による年齢層別の死亡者数と死者発生率(死亡者数+4日以上の死者発生率)(2006~2020年)

いまま、翌日の仕事を始めることも適切ではない。加えて、脱水や食事抜きのまま仕事をすることは非常に危険である。管理者におかれては、体調を正直に申告できるような雰囲気を作り、作業員が体調

不良の場合は、暑いところでの作業は中止し、食事や水分をとって、体調が回復してから作業に従事させる必要がある。また、血糖値が高いと血管拡張が妨げられ尿量も増えるので、脱水状態を生じや

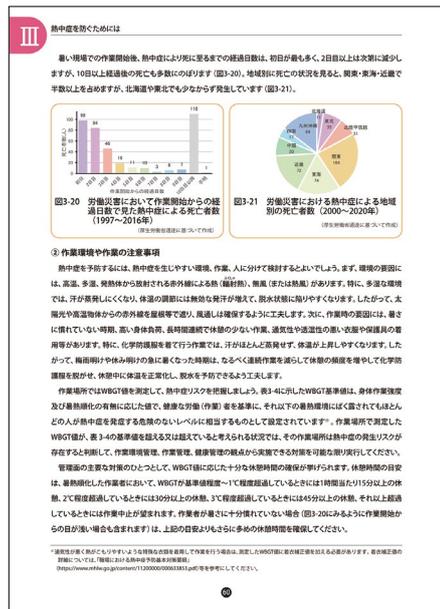


図-11 熱中症環境保健マニュアル2022 (2)

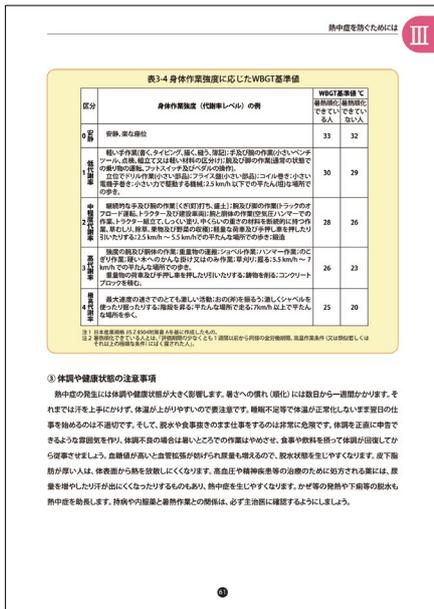
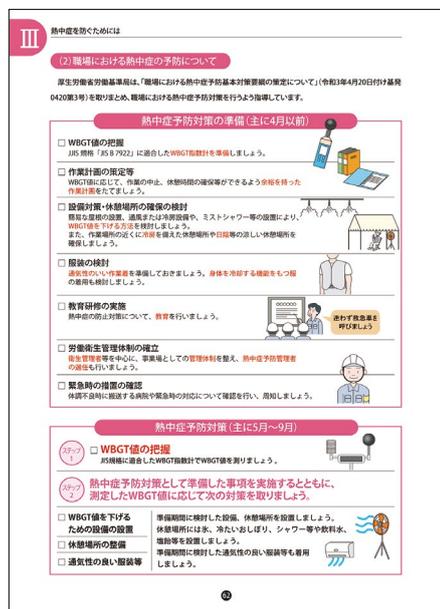


図-12 熱中症環境保健マニュアル2022 (3)



すくなる。皮下脂肪が厚い人は、体表面から熱を放散しにくく、高血圧や精神疾患等の治療のために処方される薬には、尿量を増やしたり汗が出にくくなったりするものもあり、熱中症を生じやすくなる。発熱や下痢等の脱水も熱中症を助長する。持病や内服薬と暑熱作業との関係は、主治医に事前に確認しておく (図-11)。

職場における熱中症の予防は、3つの時期に応じて対策を行っていただきたい。4月以前は「熱中症予防対策の準備」の時期であり、7つの準備を指導している。1つめは、暑さ指数を把握するための、JIS規格に適合したWBGT指数計の準備。2つめは、暑さ指数に応じた、余裕を持つ

た作業計画の策定。3つめは、設備対策・休憩場所の確保の検討。4つめは、通気性のいい作業着の準備や、身体を冷却する機能を持つ服の検討。5つめは、教育研修の実施。6つめは、熱中症予防管理者の選任も含めた労働衛生管理体制の確立。7つめは、体調不良時に搬送する病院や緊急時の対応など、緊急時の措置の確認・周知である。5月から9月の「熱中症予防対策」の時期には、暑さ指数の把握、熱中症予防対策として準備した事項の実施と暑さ指数に応じた対策の実施、管理者による暑さ指数を確認、巡視などを通じた、暑さ指数の低減対策の実施状況や、作業者の熱への順化、水分・塩分の摂取、体調などの状況の確認が挙げら

れる。特に梅雨明け直後は、暑さ指数に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底するなど特に注意が必要である (図-12)。

5. 今後に向けて

直近5年間、気温が急激に上昇している。熱中症による死者数は毎年千人を超え、令和6年度は2,000人を超えた。熱中症は、死亡する危険がある病気である一方、予防することができる。今後もより暑い夏が来ることを前提に、政府の掲げる目標である熱中症による死者数半減に向けて、政府全体で取り組んでまいりたい。