

熱中症対策ガイドライン



JAC 一般社団法人 日本アド・コンテンツ制作協会

2025.07.10

職場での熱中症対策が義務化されました

2025年6月1日、厚生労働省が労働安全衛生規則を改正し、事業者に対して熱中症対策を講じることを義務付けました
(対策を怠った場合には罰則があります)

熱中症対策の対象は
「WBGT*28度以上または気温31度以上の環境下で、連続1時間以上または1日4時間を超えて実施」が見込まれる作業です。



これは夏季に屋外で行われる撮影・ロケハンなどのほとんどの作業が対象となり、
かつ屋内でも空調施設が十分でなかったり、空調を止めて作業を行う場合なども対象となる可能性があります。

※WBGTとは、暑さ指数です。気温ではありません。(詳しくは、環境省熱中症予防情報サイト参照 <https://www.wbgt.env.go.jp/>)

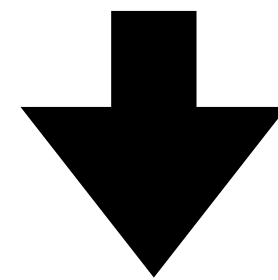
私たち制作会社に求められる対策は、以下の3点。

- ① 報告体制の整備 (見つける)
熱中症のリスクがある労働者を早期に発見し、適切な対応ができる体制を整備すること
- ② 実施手順の作成 (判断する)
熱中症患者発生時の緊急連絡網や搬送手順など、具体的な対策手順を作成し、周知すること
- ③ 関係者への周知 (対処する)
作成した体制や手順を、関係者全員に周知徹底すること

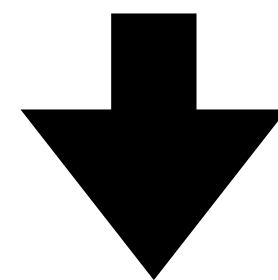
事前

事前の準備と情報収集

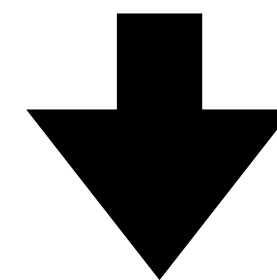
熱中症の疑いのある方を見つける（自己申告をうける）



チェック項目に従って症状を判断する

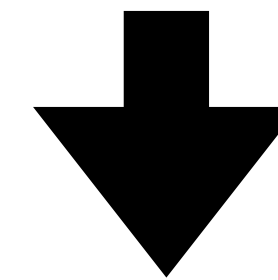


医療機関へ連絡

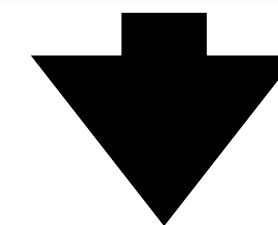


経過観察

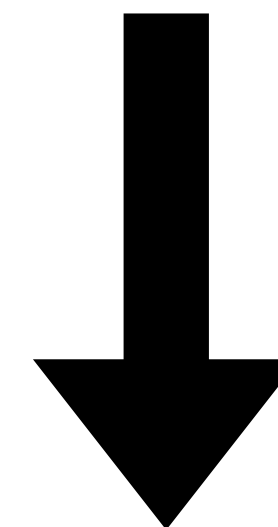
経過観察でよいかの
判断材料として
#7119の活用も



担当プロデューサーへ報告



広告会社担当者へ報告



社内担当部署へ報告

当日

1. 熱中症警戒アラートメール配信サービスの利用 ※環境庁のHPより <https://www.wbgt.env.go.jp/>



<https://plus.sugumail.com/usr/env/home>

2. 撮影当日の天候や気温は、スタッフに事前周知をし、各所への対応を促し、準備をする

3. 撮影現場周辺の医療機関を確認しておく

4. 気象庁の「熱中症警戒アプリ」も活用しましょう！



<https://apps.apple.com/us/app/%E7%86%B1%E4%B8%AD%E7%97%87%E8%AD%A6%E6%88%92-%E6%B0%97%E8%B1%A1%E5%BA%81/id1527032351>



1. 撮影関係者が、数十名以上になる大規模な現場は、
空調の効いた（直射日光の当たらない）スタッフ控え室の用意を
2. 熱中症アラート対象見込みの日時に作業の場合は、熱中症対策担当制作を配備し、
現場にて定期的な声掛け、水分補給を促すことを行う
3. 撮影の規模により、適宜 メディックの常駐を検討する
4. 食事はきちんと取れるように、撮影の香盤には配慮する
5. 食事を取る際は、涼しい屋内で取れるように場所の検討を

基本対応策(制作会社) 備品(参考)



イージーアップテント



スポットクーラー



ミスト扇風機



コンパクトミスト発生機



空調服

※当日の服装などへの留意も呼びかける



- ①収納ポーチ(ショルダータイプ).....1個
- ②あんしん保存水 500mL.....1本
- ③補水対策パウダーW-AID(ダブルエイド).....1包
- ④氷ーどスプレー220mL.....1本
- ⑤叩けば冷える瞬間冷却剤.....4袋
- ⑥ひんやり多目的タオル.....1枚
- ⑦液晶体温計「フラットミニ」.....2個
- ⑧防滴扇子(熱中対策イラスト入り).....1本
- ⑨暑さから身を守る「働く人の熱中症予防」(中央労働災害防止協会).....1冊

熱中症救急BOX



クーラーBOX
経口補水液
スポーツドリンク など



黒球式熱中症指数計



塩分タブレット など



ネッククーラー
ミスト・クーラー扇風機
氷嚢 など

※広告会社・広告主とは事前にリスクを共有し、コストについても担当プロデューサーより事前に必ず確認を

appendix

熱中症対策が必要とされるライン

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温 が上昇しやすい運動は避ける。 10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水 分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に 水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は 必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので 注意。

※「WBGT28・気温31° に満たない場合、熱中症対策をする必要なし」ということではありません。

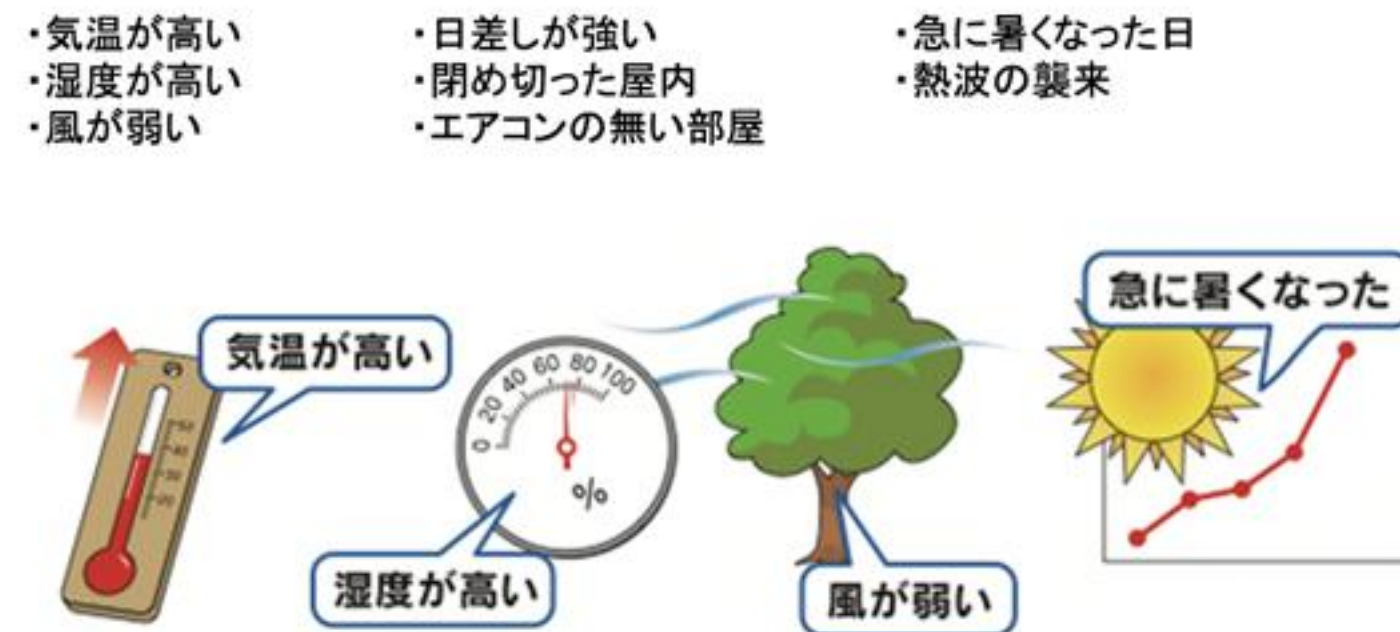
熱中症とは① 引き起こす原因 (<https://www.wbgt.env.go.jp/> 熱中症予防情報サイトより)

熱中症を引き起こす条件は、「環境」と「からだ」と「行動」によるものが考えられます。

「環境」の要因は、気温が高い、湿度が高い、風が弱いなどがあります。

「からだ」の要因は、激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じたり、暑い環境に体が十分に対応できないことなどがあります。その結果、熱中症を引き起こす可能性があります。

環境



からだ

- ・高齢者や乳幼児、肥満の方
- ・糖尿病や精神疾患といった持病
- ・低栄養状態
- ・下痢やインフルエンザでの脱水状態
- ・二日酔いや寝不足といった体調不良



行動

- ・激しい筋肉運動や、慣れない運動
- ・長時間の屋外作業
- ・水分補給できない状況



I 度 軽症 熱失神

体温を下げるために皮膚血管の拡張反応が生じることにより、
脳への血流が一時的に減少するために生ずる立ちくらみのことをいいます。

I 度 軽症 熱けいれん

汗で失われた塩分を補給できないことにより、
血中の塩分濃度が低下することにより生じる筋肉のこむら返りや筋肉の痛みのことです。

II 度 中等症 熱疲労

脱水が進行して、全身のだるさや集中力の低下した状態をいい、
頭痛、気分の不快、吐き気、嘔吐などが起こります。
放置しておくと、致命的な「熱射病」に至ります。

III 度 重症 熱射病

体温の上昇のために中枢機能に異常をきたした状態で、
中枢神経症状や腎臓・肝臓機能障害、さらには血液凝固異常まで生じることがあります。
高体温、意識障害、呼びかけや刺激への反応が鈍い、言動が不自然、ふらつく、
などの症状がみられます。

表：熱中症の症状と分類（『日本救急医学会熱中症分類 2015』より）

	症状	重症度	治療	臨床症状からの分類
I 度 (応急処置と見守り)	めまい、立ちくらみ、生あくび 大量の発汗 筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り） 意識障害を認めない(JCS=0)		通常は現場で対応可能 →冷所での安静、体表冷却、経口的に水分と Na の補給	I 度の症状が徐々に改善している場合のみ、現場の応急処置と見守りで OK 熱けいれん 熱失神
	頭痛、嘔吐、 倦怠感、虚脱感、 集中力や判断力の低下 (JCS≦1)		医療機関での診療が必要 →体温管理、安静、十分な水分と Na の補給（経口摂取が困難なときには点滴にて）	II 度の症状が出現したり、I 度に改善が見られない場合、すぐ病院へ搬送する（周囲の人が判断） 熱疲労
III 度 (入院加療)	下記の 3 つのうちいずれかを含む (C)中枢神経症状（意識障害 JCS≧2、小脳症状、痙攣発作）（H/K）肝・腎機能障害（入院経過観察、入院加療が必要な程度の肝または腎障害）		入院加療（場合により集中治療）が必要 →体温管理（体表冷却に加え体内冷却、血管内冷却などを追加）呼吸、循環管理 DIC 治療	III 度か否かは救急隊員や、病院到着後の診療・検査により診断される 熱射病
	(D)血液凝固異常（急性期 DIC 診断基準（日本救急医学会）にて DIC と診断） ⇒III 度の中でも重症型			

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。

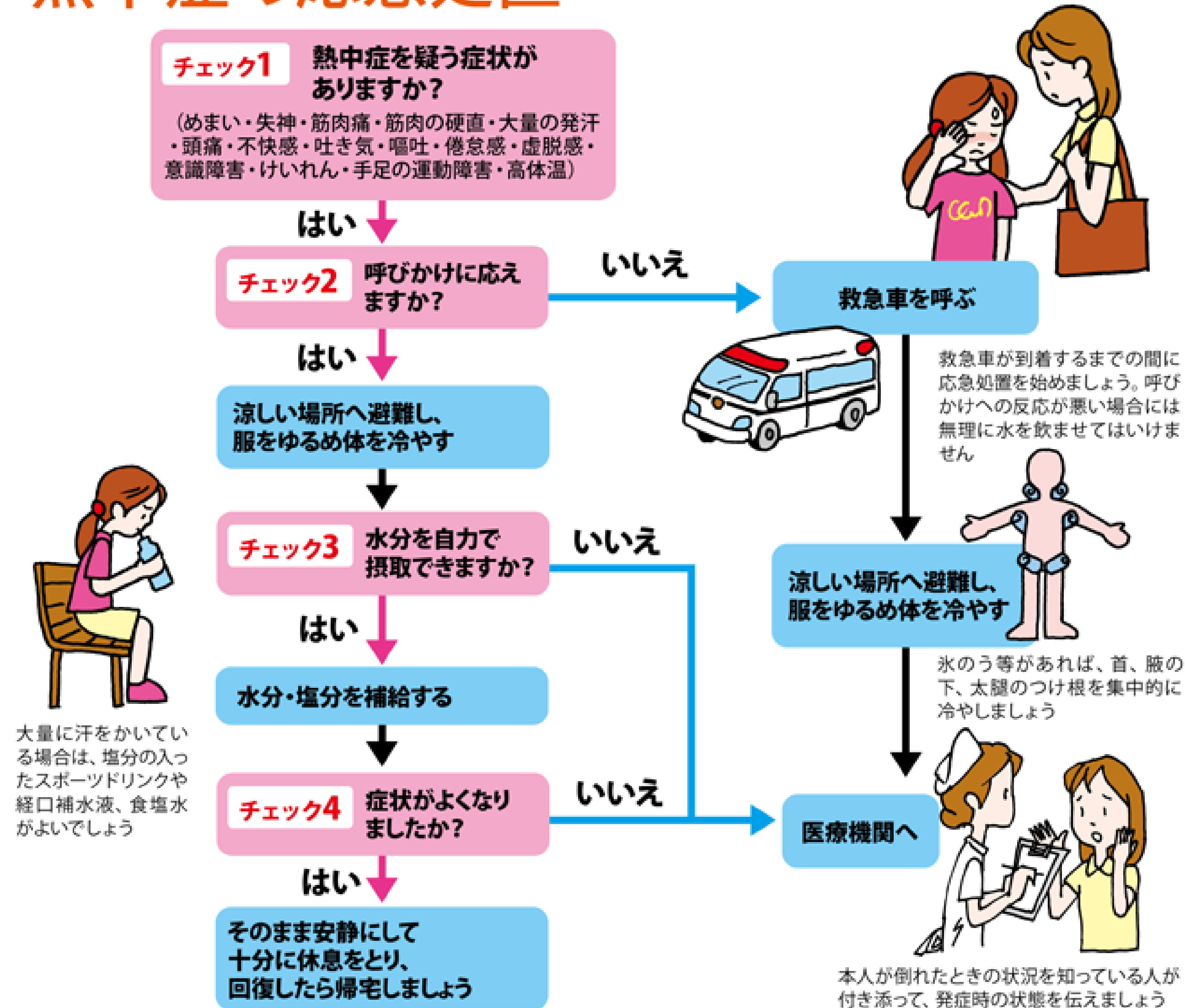
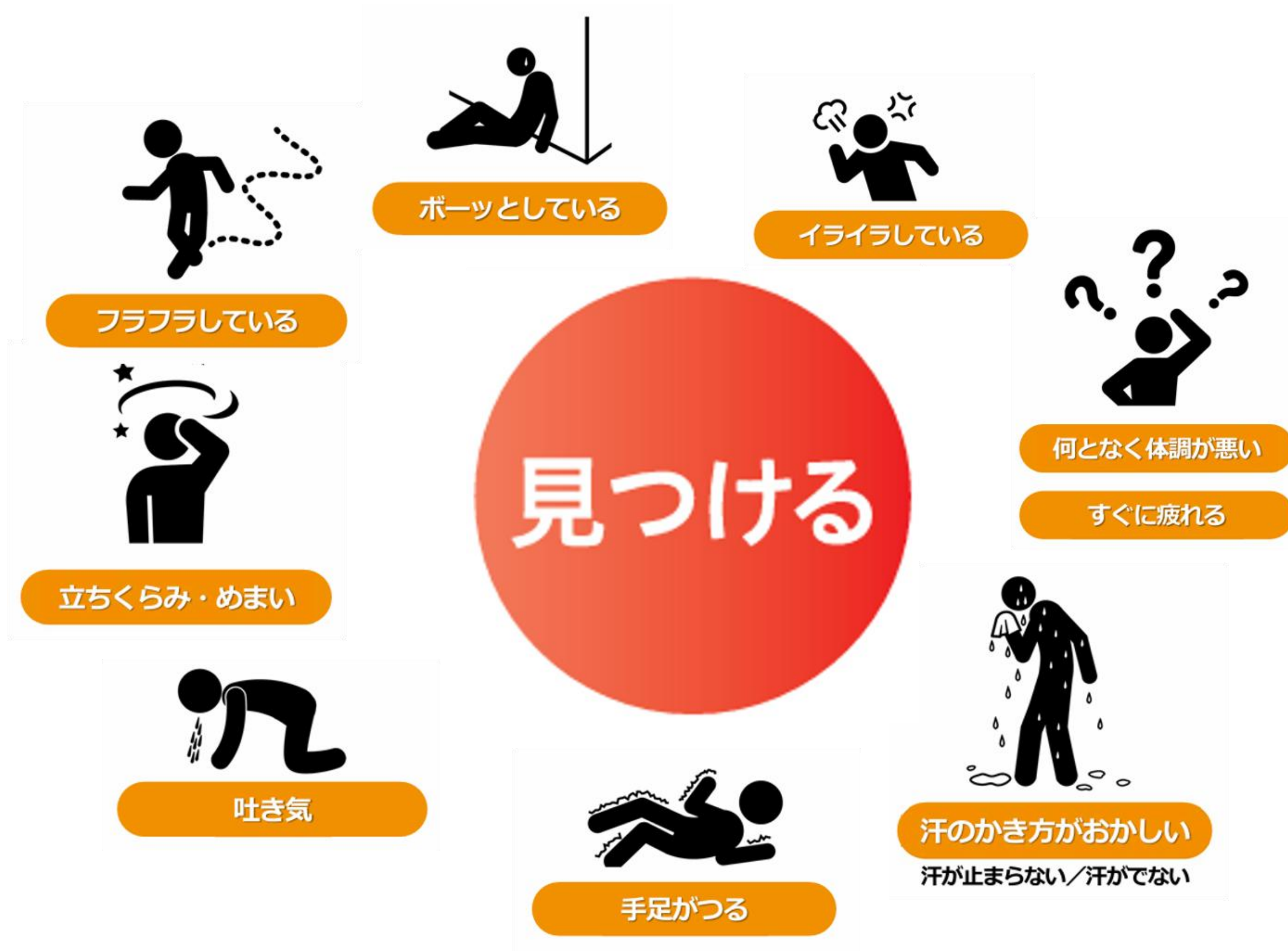


図2-7 熱中症を疑ったときには何をすべきか

熱中症かな？（見つける目安/他人が見つける or 自分で見つける）



経過観察か？医療機関へ搬送か？（判断する目安）



熱中症チェックシート（参考）

熱中症の疑いがある患者について
医療機関が知りたいこと

熱中症の疑いがある患者について医療機関が知りたいこと（分かる範囲で記入して下さい）

①様子がおかしくなるまでの状況

・食事や飲水の摂取（十分な水分と塩分補給があったか）

無有

・活動場所

屋内・屋外

日陰・日向

気温（ ）℃

湿度（ ）%

暑さ指数（ ）℃

・何時間その環境にいたか

（ ）時間

・活動内容

（ ）

・どんな服装をしていたか（熱がこもりやすいか）（

）

・帽子はかぶっていたか

無有

・一緒に活動・労働していて通常と異なる点があったか

（ ）

②不具合になった時の状況

・失神・立ちくらみ

無有

・頭痛

無有

・めまい（目が回る）

無有

・のどの渇き（口渇感）

無有

・吐き気・嘔吐

無有

・倦怠感

無有

・四肢や腹筋のこむら返り（痛み）

無有

・体温

（ ）℃

【腋下温、その他（ ）】

・脈の数

不規則

速い

遅い（

回／分）

・呼吸の数

不規則

速い

遅い（

回／分）

・意識の状態

目を開けている

ウトウトしがち

刺激で開眼

開眼しない

・発汗の程度

極めて多い（だらだら）

多い

少ない

ない

・行動の異常（訳のわからない発語など）

無有

・現場での緊急措置の有無と方法

無有（方法：

）

③最近の状況

・今シーズンいつから活動を始めたか（

）日前（

）週間前（

）月前

・体調（コンディション・疲労）

良好

平常

不良

・睡眠が足りているか

充分

不足

・風邪を引いていたか

無有

・二日酔い

無有

④その他

・身長・体重

（

cm

kg）

・いままでに熱中症になったことがあるか

無有

・いままでにした病気【特に糖尿病、高血圧、心臓疾患、その他】

病名（

）

・現在服用中の薬はあるか

無有

種類（

）

・酒やタバコの習慣はあるか

無有

量（

）