

東京都助成事業

芸能従事者の熱中症防止対策 ガイドライン



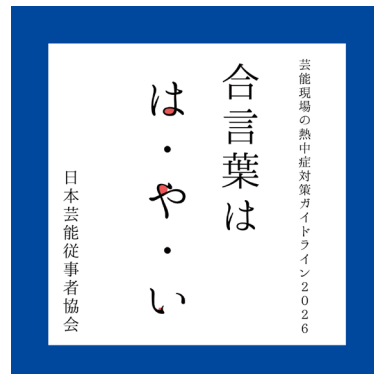
一般社団法人日本芸能従事者協会
熱中症防止対策委員会／安全衛生委員会

目次

芸能現場の熱中症防止対策 — 合言葉「は・や・い」 —	P 2
序文 志田 陽子（武蔵野美術大学）	P 3
1. 基礎編	P 4
2. 現場別ガイドライン	
2-1 撮影編	P 8
2-2 舞台編	P12
2-3 台本版（撮影編・舞台編）	P18
3. 人を守る対象別ポイント集	
3-1 実演家編	P30
3-2 スタッフ編	P32
3-3 児童編	P34
3-4 シニアの方編	P36
3-5 障がいのある方編	P38
3-6 危険度見える化カード	P39
4. 「芸能分野における熱中症リスク評価」 齊藤 宏之（労働安全衛生総合研究所）	P41
5. あとがき 「ガイドラインと安全配慮義務（契約関係から）」 芦野 訓和（専修大学）	P45

芸能現場の熱中症防止対策

合言葉は「は・や・い」



は はかる（WBGT 値〈暑さ指数〉）

暑さを感覚だけで判断しない。

WBGT 値などで暑さ指数を測り、危険度を確認する。

児童・高齢者が関わる現場では、より慎重に判断する。

や やすめる（休憩）

フリーランスを含むすべての関係者が、

無理なく休憩・水分補給できる環境を整える。

い 言いやすい（体調）

体調不良を我慢しない。

誰でも「具合が悪い」と言いやすい現場にする。

序文

このたび、「芸能従事者のための熱中症防止対策ガイドライン」が作成・公開されました。これは日本芸能従事者協会が、東京都の助成を受けて取り組んできた活動の成果です。令和 7 年の法改正を受け、熱中症防止対策は、個人事業者を含む現場においても、これまで以上に重要な課題として位置づけられるようになりました。

とくに、「ここで頑張らないと認めてもらえない」という思いから、無理を重ねて健康を害してしまうおそれが、芸術・芸能の現場にはあります。そうした危険を放置せず、関係者一人ひとりの健全な活動環境を守る責任が、いっそう明確に求められるようになっていきます。近年の酷暑により、熱中症予防の重要性は増しています。とくに芸術・芸能分野の制作や公演、イベントの場では、命にかかわる問題であるため、各種の対策が不可欠です。

現在、芸術・芸能の分野では、関係者が健全な就業環境のもとで、人権がしっかりと保障された状態で働き、活動が続けていけるように、さまざまな課題への取り組みが行われています。その中で、本取り組みは、見過ごされがちではありますが、活動の基盤を支える重要な取り組みです。

このガイドラインは、熱中症防止対策の大切さを学ぶためのものです。熱中症に関する具体的な知識やセルフチェックリスト、さらに芸能表現にかかわる具体的な場面に即した情報を、動画や図表を用いてわかりやすく提供しています。

俳優・演奏家など、表現活動を実際に行う実演家の方々、それを支える各種の技術者の方々、そして各種活動を取りまとめる事業者の方々のすべてに、命と健康を守るための必須の知識として、このガイドラインを役立ててほしいと願っています。

武蔵野美術大学教授

志田 陽子

芸能従事者の熱中症対策ガイドライン

① 基礎編（2026 年版）

一般社団法人日本芸能従事者協会

熱中症は適切な対処をおこたると後遺症が残ったり、死亡することもある、おそろしい疾患です。近年の世界的な温暖化や夏が酷暑になるにつれ、ますます危険性を増しています。2025 年 6 月からは、厚生労働省が労働安全衛生規則 612 条を改正したことで、事業者（現場を管理する人）が、現場で働く（個人事業者を含む）人が熱中症にならないように、予防策を講ずることが義務化されました。

芸術・芸能分野の制作現場でも、熱中症にならないように「危険予知」をして、適切な対策をとることで、安全で働きやすい就業環境を作ることが大切です。

実際に熱中症災害を減らすためには、現場にいる各ポジションの一人一人が、①入念な予防をした上で、②熱中症が発生したら → 見つける、→ 判断する、→ 対処する、の 3 段階で対応します。

次にあげるのは、どのような職種でも応用できる基本的な内容です。これらの要点を踏まえて、それぞれにあった熱中症対策を講じるよう、制作に関わるすべての方と協力をして下さい。

① 熱中症の予防



予防の STEP 1 《暑くなる前の事前準備》

- 1 【周知】熱中症の対策と予防に、誰もが気持ちよく取り組めるように、とくに制作やプロデューサーの方が率先して対策を講じ、安全に向けて場の雰囲気作りを心がけてください。スタッフやキャストが現場に入る前に、研修の実施や、ガイドラインの周知をしてください。冬物の衣装はなるべく避けて、厚着を避けましょう。
- 2 【救急医療機関の把握】熱中症のリスクが大きい日は、救急車も不足します。現場に近い救急医療機関を把握しておきましょう。
- 3 【労災保険の加入】重症の熱中症になると、集中治療室で治療することもあります。
総務省によると、2025 年（5-9 月）には 117 人の方が熱中症で死亡しています。仕事やリハーサルの前に労災保険に加入して、加入者証を現場で携帯しておきましょう。

[全国芸能従事者労災保険センター：<https://artsworkers.jp/geinourousai/>]

予防の STEP 2 《作業が始まるまでの準備》

- 4 【熱馴化】暑さに慣れる「熱馴化」は、熱中症を防ぐ基本です。初日から無理をせず、暑さに体を慣らしやすい段階的な作業スケジュールを各部署で作成しましょう。
- 5 【前日の生活】熱中症の 3 大要因である①睡眠不足、②前夜の深酒、③朝食抜きを控えてください
- 6 【温度・湿度の測定】経験や体感だけでなく、暑さ指数（WBGT 値）をもとにした対策を講じるようにして下さい。





- 暑さ指数（WBGT）測定機は必ず事前に用意して、現場で誰でも確認できるように、置き場所を決めて周知してください。
- 国は特に、WBGT 値 28 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 時間を超えた作業がある事業所に対して、罰則付きで熱中症対策を義務付けました。この基準を越えないように、複数の人が定期的に確認をすることも大切です。

ほぼ安全	注意	警戒	厳重警戒	危険
~ 21	21 ~ 25	25 ~ 28	28 ~ 31	31 ~

7 【児童・高齢者への対策】子どもは体重に占める水分量が多いため、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。子どもや高齢者等がいる現場では、WBGT 測定機の示す作業負荷よりも、ワンランク広い安全域を設定して、作業の持続時間を短くして下さい。



8 【休憩場所の確保】冷房の効いた休憩場所を確保するようにしてください。

予防の STEP 3 《作業中の対応》

9 【水分の摂取】水分を摂り過ぎると汗をかき過ぎたり体がバテたりするというのは誤った考えです。暑い日は本番を前に水分の摂取を我慢しすぎるのは危険です。喉が渇くから飲むのではなく、暑い場所で働くに向けて定期的に飲んでください。電解質が入った飲料や塩飴が最適です。



10 【休憩】作業中に上昇した「深部体温」を下げるために、暑さの程度に応じて作業時間を調整し、休憩時に手足を水に浸すなど、「プレクーリング」を行うなど、定期的に涼しい場所で休憩をとることが重要です。

※休憩スケジュールの例

暑さ指数（WBGT）	作業時間の目安	休憩時間の目安
31℃以上（危険）	30 分作業	15～30 分休憩（涼しい場所でしっかり体を冷やす）
28～30℃（厳重警戒）	50 分作業	10 分休憩（日陰で風通し良く）

予防の STEP 4 《作業後の対応》

11 【体調確認】普段から周りの人の顔色（とくに唇の色）や表情に注意しましょう。休憩時には、チークやリップのメイクを落として肌の色を確認したり、カツラや羽二重、着物の衣装（とくに帯や腰ひも）、は、適宜ゆるめましょう。



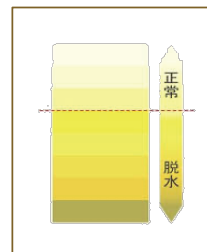
② 熱中症が発生したら



発生対応 STEP 1 《見つける》

- 1 【尿の色チェック】 各人がトイレのたびに、排尿の量と回数、尿の色を確認して、必要十分量の水分を摂取できているかどうかを判断して下さい。
- 2 【積極的な声かけ】 体調が悪そうな人に、気軽に声がけできる雰囲気作りに心がけて、「いつもと違う」と思ったら、熱中症を疑って事業者や安全衛生管理者など所定の連絡先に速やかに報告してください。報告を受けた人は必要に応じて周囲に周知し、対応を開始してください。

※熱中症の疑いがある場合に「誰に連絡するか（連絡先・連絡手順）」をあらかじめ定め、現場に周知することは、労働安全衛生法に基づき事業者にあります。



STEP 2 《判断する》

3 熱中症が疑われる症状の例

【他覚症状】 ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、 けいれん等

【自覚症状】 めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等



STEP 3 《対処する》

- 4 【重さ別の3段階対応】 熱中症の重さは3段階にわかれます。この表を誰もが見えるところに掲示して、現場にいる人全てが「症状」を判断して**現場の標準ルール**として徹底するようにして、「対応」できるようにしましょう。

分類	主な症状	対応
I 度 (軽症)	めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り（熱けいれん）	涼しい場所で休み、経口補水液や水分・塩分を補給
II 度 (中等症)	頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない	作業から離脱して、速やかに救急車を呼ぶ
III 度 IV 度 (重症)	意識がない、けいれん、運動障害（ふらつき等）、高体温（体に触ると熱い）など 命に関わる症状	ただちに医療機関に連絡し、緊急対応を依頼

- 5 【現場の進行の一時停止】 熱中症を見つけたら、指揮する立場の人は、全員に周知し、現場の進行を一時ストップして、最優先で対応してください。

- 速やかにあらかじめ用意した保冷剤やアイスバスを使用したり、衣服をゆるめて皮膚をなるべく露出して、水をかけたり、「うちわ」や「冷風機」等で身体を冷やしてください。
- 経過観察中、医療機関までの搬送の間は、熱中症になった人を決して1人にしないでください。



【救急相談窓口】救急隊を要請すべきか、病院に行くべきか、判断に迷う場合は、「救急安心センター事業（#7119）」に電話すると、近くの医療機関（医師や看護師等）が相談に応じてくれます。

※救急搬送が必要となる場合に備え、搬送先（医療機関）および連絡方法をあらかじめ定め、現場に周知しておくことは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められています。

* MEMO

~~~~~  
熱中症の担当者・安全衛生管理者（氏名、連絡先）

現場に近い救急医療機関（名称と連絡先）

◆厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」もあわせてご確認ください。

[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu\\_taisaku/](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/)

◆参考として、日本芸能従事者協会が作成したセルフチェックリストもご用意していますので、現場での確認にご活用ください。[https://artsworkers.jp/wp-content/uploads/2025/08/necchuushou\\_checklist.pdf](https://artsworkers.jp/wp-content/uploads/2025/08/necchuushou_checklist.pdf)

※熱中症の症状や体調不良を申し出た方が不利益を受けることのないよう、申告しやすい環境づくりと適切な配慮をお願いいたします。

◆日本芸能従事者協会 熱中症相談窓口：[ne-soudan@artsworkers.jp](mailto:ne-soudan@artsworkers.jp)

◆このガイドラインは、東京都の助成を受け、当該分野の専門家、研究者、法律家、産業医、労働安全衛生コンサルタント、日本芸能従事者協会安全衛生委員等で構成する熱中症防止対策委員会が、厚生労働省の示す対策に基づき作成しました。

◆どなたでも無料でご利用いただけますが、著作権は日本芸能従事者協会に帰属します。

[2026 年 2 月 17 日一部改訂]





## 芸能従事者の熱中症対策ガイドライン

### ② 撮 影 編

一般社団法人日本芸能従事者協会

熱中症は適切な対処をおこたると後遺症が残ったり、死亡することもある、おそろしい疾患です。近年の世界的な温暖化や夏が酷暑になるにつれ、ますます危険性を増しています。2025年6月からは、厚生労働省が労働安全衛生規則 612 条を改正したことで、事業者（現場を管理する人）が、現場で働く人（個人事業者の俳優や各スタッフを含む）が熱中症にならないように、予防策を講ずることが義務化されました。

※撮影場所における現場を管理する人の例：スタジオ管理者、制作主任、技術スタッフ等の各職長（リーダー）、安全衛生係など

※現場の例：撮影場所、道具の管理場所や倉庫など

芸術・芸能分野の制作現場でも、熱中症にならないように「危険予知」をして、適切な対策をとること、安全で働きやすい就業環境を作ることが大切です。

実際に熱中症災害を減らすためには、現場にいる各ポジションの一人一人が、①入念な予防をした上で、②熱中症が発生したら → 見つける、→ 判断する、→ 対処する、の3段階で対応します。

次にあげるのは、どのような職種でも応用できる基本的な内容です。これらの要点を踏まえて、それぞれにあった熱中症対策を講じるよう、制作現場に関わるすべての方と協力をして下さい。

#### ① 熱中症の予防



##### 予防の STEP 1 《暑くなる前の事前準備》

1 【周知】熱中症の対策と予防に、誰もが気持ちよく取り組めるように、とくに制作やプロデューサーの方が率先して対策を講じ、安全に向けて場の雰囲気作りを心がけてください。スタッフやキャストが現場に入る前に、研修の実施や、ガイドラインの周知をしてください。

##### 2 【救急医療機関の把握】

熱中症のリスクが大きい日は、救急車も不足します。制作プロダクションは事業者責任として制作業務を委託する際に、撮影現場に近い救急医療機関を把握するように指示をしてください。

##### 3 【労災保険の加入】重症の熱中症になると、集中治療室で治療することもあります。

総務省によると、2025年（5-9月）には117の方が熱中症で死亡しています。仕事やリハーサルの前に労災保険に加入して、加入者証を現場で携帯しておきましょう。

【全国芸能従事者労災保険センター：<https://artsworkers.jp/geinourousai/>】

##### 予防の STEP 2 《作業が始まるまでの準備》

4 【熱馴化】暑さに慣れる「熱馴化」は、熱中症を防ぐ基本です。初日から無理をせず、暑さに体を慣らしやすい段階的な作業スケジュールを各部署で作成しましょう。この作業スケジュールの作成は



事業者責任としてプロダクションが指示をして、ラインプロデューサーやチーフ助監督等が担当してください。撮影現場に常駐しない美術部などの部署も対象に含めます。

- 5 【前日の生活】 熱中症の3大要因である①睡眠不足、②前夜の深酒、③朝食抜きを控えてください。
- 6 【温度・湿度の測定】 経験や体感だけでなく、暑さ指数（WBGT 値）をもとにした対策を講じるようにして下さい。

■ 暑さ指数（WBGT）測定機は必ず事前に用意して、現場で誰でも確認できるように、置き場所を決めて周知してください。

■ 国は特に WBGT 値 28 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 時間を超えた作業がある事業所に対して、罰則付きで熱中症対策を義務付けました。この基準を越えないように、特に日中デイシーン等のロケ撮影では、現場



の安全衛生係や職長リーダーが管理し、全体がキリ

良いところで休憩をするなどのスケジュール管理をしながら、各部署で各人がローテーションで休憩をとるように指導をしてください。各人が自主的に管理をして、職長やリーダーに休憩の実施報告をする努力を推奨してください。

| ほぼ安全 | 注意      | 警戒      | 厳重警戒    | 危険   |
|------|---------|---------|---------|------|
| ～ 21 | 21 ～ 25 | 25 ～ 28 | 28 ～ 31 | 31 ～ |
|      |         |         |         |      |

- 7 【児童・高齢者への対策】 子どもは体重に占める水分量が多いため、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。子どもや高齢者等がいる現場では、WBGT 測定機の示す作業負荷よりも、ワンランク広い安全域を設定して、作業の持続時間を短くして下さい。



- 8 【休憩場所の確保】 冷房の効いた休憩場所を確保するようにしてください。屋外のロケやロケセットで休憩場所が確保できない場合は、ロケバスや自動車で適切な休憩ができるようにしてください。屋外の休憩場所では日傘や、日よけテントも有効です。

### 予防の STEP 3 《作業中の対応》

- 9 【水分の摂取】 水分を摂り過ぎると汗をかき過ぎたり体がバテたりするというのは誤った考えです。暑い日は本番を前に水分の摂取を我慢しすぎるのは危険です。喉が渇くから飲むのではなく、暑い場所で働く場合は定期的に飲んでください。屋外のロケ撮影やロケセットでは、お茶セット（飲み物や軽食を置く場所）に、電解質を含む飲料や塩飴を必ず用意してください。また、制作部スタッフやアシスタントなど、お茶セットまで取りに行けない人にも確実に飲料が行き渡るよう配慮が必要です。トイレに行けないことを理由に水分補給を控えることは避け、誰もが無理なく十分に水分・塩分補給できる環境を整えてください。

- 10 【休憩】 作業中に上昇した「深部体温」を下げるために、暑さの程度に応じて作業時間を調整し、休憩時に手足を水に浸すなど、「プレクーリング」を行う等、定期的に涼しい場所で休憩をとることが重要です。



※安全衛生係が示すのに適切な「無理のない休憩スケジュール」の例

| 暑さ指数 (WBGT)   | 作業時間の目安 | 休憩時間の目安                     |
|---------------|---------|-----------------------------|
| 31℃以上 (危険)    | 30 分作業  | 15～30 分休憩 (涼しい場所でしっかり体を冷やす) |
| 28～30℃ (厳重警戒) | 50 分作業  | 10 分休憩 (日陰で風通し良く)           |

#### 予防の STEP 4 《作業後の対応》

- 1 1 【体調確認】事業者はネッククーラーやハンディクーラー等の冷却機能のあるものを用意して、現場では安全衛生係が使用を推奨してください。事業者は現場で実際に使用できるよう、必要数量の確保と配布・管理体制を整えてください。制作部や照明部等でクーラージャケットを着用できる場合は、積極的に着用してください。

また普段から周りの人の顔色（とくに唇の色）や表情に注意しましょう。休憩時にの衣装（とくに帯や腰ひも）は、適宜ゆるめるなど、衣装やメイク部が協力をして、着用者の安全確保に努力してください。

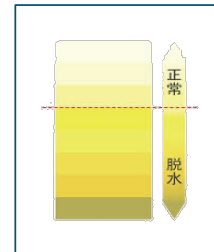


#### ② 熱中症が発生したら



##### 発生対応 STEP 1 《見つける》

- 1 【尿の色チェック】撮影場所の管理会社や制作部は、現場の各人がトイレで確認できるように、図のような表を撮影場所のトイレに貼ってください。各人はトイレのたびに、排尿の量と回数、尿の色を確認して、必要十分量の水分を摂取できているかどうかを判断して下さい。
- 2 【積極的な声かけ】体調が悪そうな人に、気軽に声かけできる雰囲気作りに心がけて、「いつもと違う」と思ったら、熱中症を疑って安全衛生係など**所定の連絡先**に速やかに報告してください。報告を受けた人は必要に応じて周囲に周知し、対応を開始してください。



※熱中症の疑いがある場合に「誰に連絡するか（連絡先・連絡手順）」をあらかじめ定め、現場に周知することは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められます。

##### STEP 2 《判断する》

#### 3 熱中症が疑われる症状の例

【他覚症状】ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、 けいれん等

【自覚症状】めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等



##### STEP 3 《対処する》

- 4 【重さ別の 3 段階対応】熱中症の重さは 3 段階にわかれます。この表を誰もが見えるところに掲示し



て、現場にいる人全てが「症状」を判断して「対応」できるようにしましょう。

| 分類                         | 主な症状                                                 | 対応                      |
|----------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>I 度<br/>(軽症)</b>        | めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り（熱けいれん）                            | 涼しい場所で休み、経口補水液や水分・塩分を補給 |
| <b>II 度<br/>(中等症)</b>      | 頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない                      | 作業から離脱して、速やかに救急車を呼ぶ     |
| <b>III 度 IV 度<br/>(重症)</b> | 意識がない、けいれん、運動障害（ふらつき等）、高体温（体に触ると熱い）など <b>命に関わる症状</b> | ただちに医療機関に連絡し、緊急対応を依頼    |

上記の表を誰も見ることのできるお茶セットの場所や、各車両の見えるところに掲示するように、安全衛生係が指導して**現場の標準ルールとして徹底するようにしてください。**

5【現場の進行の一時停止】熱中症を見つけたら、指揮する立場の人は、全員に周知し、現場の進行を一時ストップして、最優先で対応してください。

- 速やかにあらかじめ用意した保冷剤やアイスバスを使用したり、衣服をゆるめて皮膚をなるべく出して、水をかけたり、「うちわ」や「冷風機」等で身体を冷やしてください。

なお、100名以上の多数のエキストラ等が参加する場合は、条例等で求められるとおり、別途、救命士などの専門職を配置するなど、緊急時対応体制を必ず整えてください。

- 経過観察中、医療機関までの搬送の間は、熱中症になった人を決して1人にしないてください。



【救相談窓口】救急隊を要請すべきか、病院に行くべきか、判断に迷う場合は、「救急安心センター事業（#7119）」に電話すると、近くの医療機関（医師や看護師等）が相談に応じてくれます。

※救急搬送が必要となる場合に備え、搬送先（医療機関）および連絡方法をあらかじめ定め、現場に周知しておくことは、労働安全衛生法に基づき事業者にあります。

\* MEMO

熱中症の担当者・安全衛生管理者（氏名、連絡先）

現場に近い救急医療機関（名称と連絡先）



## 芸能従事者の熱中症対策ガイドライン

### ③ 舞 台 編

一般社団法人日本芸能従事者協会

熱中症は適切な対処をおこたると後遺症が残ったり、死亡することもある、おそろしい疾患です。近年の世界的な温暖化や夏が酷暑になるにつれ、ますます危険性を増しています。2025年6月からは、厚生労働省が労働安全衛生規則 612 条を改正したことで、事業者（主催者及び制作者）が、現場で働く（個人事業者を含む出演者及びスタッフ）が熱中症にならないように、予防策を講ずることが義務化されました。

舞台芸術の制作現場でも、熱中症にならないように「危険予知」をして、適切な対策をとることで、安全で働きやすい就業環境を作ることが大切です。

実際に熱中症災害を減らすためには、劇場や作業場及び稽古場にいる各ポジションの一人一人が、①入念な予防をした上で、②熱中症が発生したら → 見つける、→ 判断する、→ 対処する、の3段階で対応します。

次にあげるのは、どのような職種でも応用できる基本的な内容です。これらの要点を踏まえて、それぞれにあった熱中症対策を講じるよう、舞台製作に関わるすべての方と協力して下さい。

#### ① 熱中症の予防



##### 予防の STEP 1 《暑くなる前の事前準備》

- 1 【周知】熱中症の対策と予防に、誰もが気持ちよく取り組めるように、とくに主催者やプロデューサーの方が率先して対策を講じ、現場に常駐する制作者の中に安全衛生担当者を置いて、安全に向けて、場の雰囲気作りや関心を持つように心がけてください。出演者やスタッフが現場に入る前に、研修の実施や、ガイドラインの周知をしてください。冬物の舞台衣装をつける場合は十分な配慮をしましょう。
- 2 【救急医療機関の把握】熱中症のリスクが大きい日は、救急車も不足します。現場に近い救急医療機関を把握しておきましょう。
- 3 【労災保険の加入】重症の熱中症になると、集中治療室で治療することもあります。

総務省によると、2025年（5-9月）には117の方が熱中症で死亡しています。作業や稽古の開始前に労災保険に加入して、加入者証を現場で携帯しておきましょう。

※全国芸能従事者労災保険センター：<https://artsworkers.jp/geinourousai/>

##### 予防の STEP 2 《作業が始まるまでの準備》

- 4 【熱馴化】暑さに慣れる「熱馴化」は、熱中症を防ぐ基本です。作業の初日や稽古ははじめから無理をせず、暑さに体を慣らしやすいようにウォーミングアップをしたり、段階的な作業スケジュールを各部署で作成しましょう。





- 5 【前日の生活】熱中症の3大要因である①睡眠不足、②前夜の深酒、③朝食抜きを控えてください。
- 6 【温度・湿度の測定】経験や体感だけでなく、暑さ指数（WBGT 値）をもとにした対策を講じるようにして下さい。

- 暑さ指数（WBGT）測定機は必ず事前に用意して、現場で誰でも確認できるように、ケータリングの場所などの全体に人が集まりやすい置き場所を決めて周知してください。

- 国は特に、WBGT 値 28 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 時間を超えた作業がある事業所に対して、罰則付きで熱中症対策を義務付けました。この基準を越えないように、複数の人が定期的に確認をすることも大切です。特に暑くなりやすい搬入口付近や機器の多い音響や照明のブースにも置くことが望ましいです。



- 7 【児童・高齢者への対策】子どもは体重に占める水分量が多いため、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。子どもや高齢者等がいる現場では、WBGT 測定機の示す作業負荷よりも、ワンランク広い安全域を設定して、作業の持続時間を短くして下さい。本番では観客にも配慮が必要です。



- 8 【休憩場所の確保】冷房の効いた楽屋や休憩場所を確保するようにしてください。劇場以外の野外公演等では足場材等を使った簡易的な休憩所を設置するようにしてください。

### 予防の STEP 3 《作業中の対応》

9 【水分の摂取】水分を摂り過ぎると汗をかき過ぎたり体がバテたりするのは誤った考えです。暑い日は本番の前に水分の摂取を我慢しすぎるのは危険です。喉が渇くから飲むのではなく、暑い場所で働く場合は定期的に飲んでください。電解質が入った飲料や塩飴が最適です。

- 10 【休憩】作業中に上昇した「深部体温」を下げるために、暑さの程度に応じて作業時間を調整し、休憩時に手足を水に浸すなど、「プレクーリング」を行う等、定期的に涼しい場所で休憩をとることが重要です。



※休憩スケジュールの例

| 暑さ指数（WBGT）    | 作業時間の目安 | 休憩時間の目安                    |
|---------------|---------|----------------------------|
| 31°C以上（危険）    | 30 分作業  | 15～30 分休憩（涼しい場所でしっかり体を冷やす） |
| 28～30°C（厳重警戒） | 50 分作業  | 10 分休憩（日陰で風通し良く）           |

### 予防の STEP 4 《作業後の対応》

- 11 【体調確認】普段から周りの人の顔色（とくに唇の色）や表情に注意しましょう。休憩時には、顔色を確認するなどしてお互いに体調を確認しましょう。

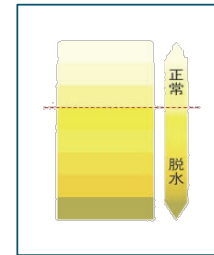


## ② 熱中症が発生したら



### 発生対応 STEP 1 《見つける》

- 1 【尿の色チェック】主催者あるいは制作者は各トイレにチェック表を貼り、各人がトイレのたびに、排尿の量と回数、尿の色を確認して、必要十分量の水分を摂取できているかどうかを判断して下さい。
- 2 【積極的な声かけ】体調が悪そうな人に、気軽に声がけできる雰囲気作りに心がけて、「いつもと違う」と思ったら、熱中症を疑って、制作者など所定の連絡先に速やかに報告してください。報告を受けた人は必要に応じて周囲に周知し、対応を開始してください。



※熱中症の疑いがある場合に「誰に連絡するか（連絡先・連絡手順）」をあらかじめ定め、現場に周知することは、労働安全衛生法に基づき事業者にあります。

### STEP 2 《判断する》

3 熱中症が疑われる症状の例

【他覚症状】ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、けいれん等

【自覚症状】めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等



### STEP 3 《対処する》

- 4 【重さ別の3段階対応】熱中症の重さは3段階にわかれます。この表をケータリングの場所等の誰もが見えるところに掲示して、現場にいる人全てが「症状」を判断して**現場の標準ルール**として徹底するようにして、「対応」できるようにしましょう。

| 分類                 | 主な症状                                                 | 対応                      |
|--------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|
| I 度<br>(軽症)        | めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り（熱けいれん）                            | 涼しい場所で休み、経口補水液や水分・塩分を補給 |
| II 度<br>(中等症)      | 頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない                      | 作業から離脱して、速やかに救急車を呼ぶ     |
| III 度 IV 度<br>(重症) | 意識がない、けいれん、運動障害（ふらつき等）、高体温（体に触ると熱い）など <b>命に関わる症状</b> | ただちに医療機関に連絡し、緊急対応を依頼    |

- 5 【現場の進行の一時停止】指揮する立場の制作者や演出家、舞台監督等の全体を見ることができる人が熱中症を見つけたら、速やかに主催者やプロデューサーに伝達し、伝達を受けた者は、全員に周知し、現場の進行を一時ストップして、最優先で対応してください。



- 速やかにあらかじめ用意した保冷剤やアイスバスを使用したり、衣服をゆるめて皮膚をなるべく露出



して、水をかけたり、「うちわ」や「冷風機」等で身体を冷やしてください。

- 経過観察中、医療機関までの搬送の間は、熱中症になった人を決して1人にしないでください。

【救急相談窓口】救急隊を要請すべきか、病院に行くべきか、判断に迷う場合は、「救急安心センター事業(#7119)」に電話すると、近くの医療機関(医師や看護師等)が相談に応じてくれます。

※救急搬送が必要となる場合に備え、搬送先(医療機関)および連絡方法をあらかじめ定め、現場に周知しておくことは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められています。

## 舞台に特有の熱中症リスク(医療的視点からの補足)

舞台芸術の現場における熱中症リスクは、一般的な作業現場とは異なる特徴を持っています。体感温度が想定以上に上昇しやすく、初期症状に気づきにくい点が大きな特徴です。

以下の点を理解したうえで、前章までに示した予防および対応を、より厳格に運用する必要があります。

### ① 高温環境が「人為的」に作られる

舞台では、演出や設備の都合上、意図的に高温環境が生じます。

#### 【照明機材(スポットライト・ムービングライト等)】

強力な照明は大量の熱を放出し、舞台上、舞台袖、照明ブースは特に高温になりやすい環境です。

#### 【機材の密集】

アンプ、電源装置、映像機器などの排熱が重なり、局所的に高温となります。

#### 【換気の制限】

演出上の理由により、空調や換気を止める、または弱める場面があり、熱がこもりやすくなります。

### ② 暑さを感じにくい心理的・構造的要因

#### ー 初期症状を自覚しにくい ー

舞台特有の集中状態や進行上の制約は、熱中症の初期症状を見逃す要因となります。

- 1 本番中の高い集中状態
- 2 「今は我慢する」「途中で抜けられない」という心理的圧力
- 3 演出・進行を優先し、体調変化を後回しにしがちなこと

これらにより、本人が不調を自覚した時点で、すでに中等症以上に進行している場合があります。

### ③ 野外舞台における複合リスク

屋外公演や野外イベントでは、さらに条件が厳しくなります。





- 1 直射日光と舞台照明による二重の熱負荷
- 2 地面からの照り返し
- 3 風が弱い、またはテント内が蒸れる
- 4 天候変化への対応が遅れやすい

これらの要因により、WBGT（暑さ指数）が短時間で急上昇しやすいことを常に念頭に置く必要があります。

**【重要な留意点】**

舞台現場では、「本人の自覚」や「体感」だけに頼らず、WBGT 値、周囲の観察、第三者の判断を重視することが、重症化や事故を防ぐうえで極めて重要です。

前章までに示した

- ・ 予防
- ・ 見つける
- ・ 判断する
- ・ 対処する

の各対応は、舞台特有のリスクを踏まえ、より慎重かつ早期に実施することを基本としてください。

\* MEMO

~~~~~  
熱中症の担当者・安全衛生管理者（氏名、連絡先）

現場に近い救急医療機関（名称と連絡先）



◆厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」もあわせてご確認ください。

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

◆参考として、日本芸能従事者協会が作成したセルフチェックリストもご用意していますので、現場での確認にご活用ください。https://artswokers.jp/wp-content/uploads/2025/08/necchuushou_checklist.pdf

※熱中症の症状や体調不良を申し出た方が不利益を受けることのないよう、申告しやすい環境づくりと適切な配慮をお願いいたします。

◆日本芸能従事者協会 熱中症相談窓口：ne-soudan@artswokers.jp

◆このガイドラインは、東京都の助成を受け、当該分野の専門家、研究者、法律家、産業医、労働安全衛生コンサルタント、日本芸能従事者協会安全衛生委員等で構成する熱中症防止対策委員会が、厚生労働省の示す対策に基づき作成しました。

◆どなたでも無料でご利用いただけますが、著作権は日本芸能従事者協会に帰属します。



芸能従事者の熱中症対策ガイドライン ～撮影編～

熱中症は適切な対処をおこたると後遺症が残ったり、死亡することもある、おそろしい疾患です。近年の世界的な温暖化や夏が酷暑になるにつれ、ますます危険性を増しています。2025年6月からは、厚生労働省が労働安全衛生規則612条を改正したことで、事業者（現場を管理する人）が、現場で働く人（個人事業者の俳優や各スタッフを含む）が熱中症にならないように、予防策を講ずることが義務化されました。

※撮影場所における現場を管理する人の例：スタジオ管理者、制作主任、技術スタッフ等の各職長（リーダー）、安全衛生係など

※現場の例：撮影場所、道具の管理場所や倉庫など

芸術・芸能分野の制作現場でも、熱中症にならないように「危険予知」をして、適切な対策をとることで、安全で働きやすい就業環境を作ることが大切です。

実際に熱中症災害を減らすためには、現場にいる各ポジションの一人一人が、

- ①入念な予防をした上で、
 - ②熱中症が発生したら → 見つける、→ 判断する、→ 対処する
- の3段階で対応します。

次にあげるのは、どのような職種でも応用できる基本的な内容です。これらの要点を踏まえて、それぞれにあった熱中症対策を講じるよう、制作現場に関わるすべての方と協力をして下さい。



一般社団法人日本芸能従事者協会

① 熱中症の予防

予防の
STEP1

《暑くなる前の事前準備》

1【周知】

熱中症の対策と予防に、誰もが気持ちよく取り組めるように、とくに制作やプロデューサーの方が率先して対策を講じ、安全に向けて場の雰囲気作りを心がけてください。スタッフやキャストが現場に入る前に、研修の実施や、ガイドラインの周知をしてください。

2【救急医療機関の把握】

熱中症のリスクが大きい日は、救急車も不足します。制作プロダクションは事業者責任として制作業務を委託する際に、撮影現場に近い救急医療機関を把握するように指示をしてください。

3【労災保険の加入】

重症の熱中症になると、集中治療室で治療することもあります。総務省によると、2025年(5-9月)には117人の方が熱中症で死亡しています。仕事やリハーサルの前に労災保険に加入して、加入者証を現場で携帯しておきましょう。

【全国芸能従事者労災保険センター】

<https://artsworkers.jp/geinouoursai/>

予防の
STEP2

《作業が始まるまでの準備》

4【熱馴化】

暑さに慣れる「熱馴化」は、熱中症を防ぐ基本です。初日から無理をせず、暑さに体を慣らしやすい段階的な作業スケジュールを各部署で作成しましょう。この作業スケジュールの作成は事業者責任としてプロダクションが指示をして、ラインプロデューサーやチーフ助監督等が担当してください。撮影現場に常駐しない美術部などの部署も対象に含めます。

5【前日の生活】

熱中症の3大要因である①睡眠不足、②前夜の深酒、③朝食抜きを控えてください。

6【温度・湿度の測定】

経験や体感だけでなく、暑さ指数(WBGT値)をもとにした対策を講じるようにして下さい。

●暑さ指数(WBGT)測定機は必ず事前に用意して、現場で誰でも確認できるように、置き場所を決めて周知してください。

●国は特に、WBGT値28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時間を超えた作業がある事業所に対して、罰則付きで熱中症対策を義務付けました。この基準を越えないように、特に日中デイスン等のロケ撮影では、現場の安全衛生係や職長リーダーが管理し、全体がキリ良いところで休憩をするなどのスケジュール管理をしながら、各部署で各人がローテーションで休憩をとるように指導してください。各人が自主的に管理をして、職長やリーダーに休憩の実施報告をする努力を推奨してください。

ほぼ安全	注意	警戒	厳重警戒	危険
~ 21	21 ~ 25	25 ~ 28	28 ~ 31	31 ~



7【児童・高齢者への対策】

子どもは体重に占める水分量が多いため、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。子どもや高齢者等がいる現場では、WBGT測定機の示す作業負荷よりも、ワンランク広い安全域を設定して、作業の持続時間を短くして下さい。

8【休憩場所の確保】

冷房の効いた休憩場所を確保するようにしてください。屋外のロケやロケセットで休憩場所が確保できない場合は、ロケバスや自動車で適切な休憩ができるようにしてください。屋外の休憩場所では日傘や、日よけテントも有効です。

予防のSTEP3

《作業中の対応》

9【水分の摂取】



水分を摂り過ぎると汗をかき過ぎたり体がバテたりするというのは誤った考えです。暑い日は本番の前に水分の摂取を我慢しすぎるのは危険です。喉が渇くから飲むのではなく、暑い場所で働く場合は定期的に飲んでください。屋外のロケ撮影やロケセットでは、お茶セット（飲み物や軽食を置く場所）に、電解質を含む飲料や塩飴を必ず用意してください。また、制作部スタッフやアシスタントなど、お茶セットまで取りに行けない人にも確実に飲料が行き渡るよう配慮が必要です。トイレに行けないことを理由に水分補給を控えることは避け、誰もが無理なく十分に水分・塩分補給できる環境を整えてください。

10【休憩】

作業中に上昇した「深部体温」を下げるために、暑さの程度に応じて作業時間を調整し、休憩時に手足を水に浸すなど、「ブレイクリング」を行う等、定期的に涼しい場所で休憩をとることが重要です。

※安全衛生係が示すのに適切な「無理のない休憩スケジュール」の例

暑さ指数(WBGT)	作業時間	休憩時間の目安
31℃以上(危険)	30分作業	15〜30分休憩(涼しい場所ですっきり体を冷やす)
28〜30℃(厳重警戒)	50分作業	10分休憩(日陰で風通し良く)

予防のSTEP4

《作業後の対応》

11【体調確認】



事業者はネッククーラーやハンディクーラー等の冷却機能のあるものを用意して、現場では安全衛生係が使用を推奨してください。事業者は現場で実際に使用できるように、必要数量の確保と配布・管理体制を整えてください。制作部や照明部等でクーラージャケットを着用できる場合は、積極的に着用してください。また普段から周りの人の顔色（とくに唇の色）や表情に注意しましょう。休憩時にの衣装（とくに帯や腰ひも）は、適宜ゆるめるなど、衣装やメイク部が協力をして、着用者の安全確保に努力してください。

② 熱中症が発生したら

発生対応 STEP1

《見つける》

1【尿の色チェック】

撮影場所の管理会社や制作部は、現場の各人がトイレで確認できるように、図のような表を撮影場所のトイレに貼ってください。各人はトイレのたびに、排尿の量と回数、尿の色を確認して、必要十分量の水分を摂取できているかどうかを判断して下さい。

2【積極的な声かけ】

体調が悪そうな人に、気軽に声がけできる雰囲気作りに心がけて、「いつもと違う」と思ったら、熱中症を疑って安全衛生係など所定の連絡先に速やかに報告してください。報告を受けた人は必要に応じて周囲に周知し、対応を開始してください。

※熱中症の疑いがある場合に「誰に連絡するか（連絡先・連絡手順）」をあらかじめ定め、現場に周知することは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められます。

発生対応 STEP2

《判断する》

3【熱中症が疑われる症状】

他覚症状：ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、けいれん等
自覚症状：めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

発生対応 STEP3

《対処する》

4【重さ別の3段階対応】

熱中症の重さは3段階にわかれます。この表を誰もが見えるところに掲示して、現場にいる人全てが「症状」を判断して「対応」できるようにしましょう。



分類	主な症状	対応
I度 (軽症)	めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り（熱けいれん）	涼しい場所で休み、経口補水液や水分・塩分を補給
II度 (中等症)	頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない	作業から離脱して、速やかに救急車を呼ぶ
III度 IV度 (重症)	意識がない、けいれん、運動障害（ふらつき等）、高体温（体に触ると熱い）など命に関わる症状	ただちに医療機関に連絡し、緊急対応を依頼

右記の表を誰もが見ることのできるお茶セットの場所や、各車両の見えるところに掲示するように、安全衛生係が指導して現場の標準ルールとして徹底するようにしてください。

5【現場の進行の一時停止】

熱中症を見つけたら、指揮する立場の人は、全員に周知し、現場の進行を一時ストップして、最優先で対応してください。

MEMO

■熱中症対策の担当者・
安全衛生管理者(氏名、連絡先)

■現場に近い救急医療機関
(名称と連絡先)

●速やかにあらかじめ用意した保冷剤やアイスバスを使用したり、衣服をゆるめて皮膚をなるべく出して、水をかけたり、「うちわ」や「冷風機」等で身体を冷やしてください。なお、100名以上の多数のエキストラ等が参加する場合は、条例等で求められるとおり、別途、救命士などの専門職を配置するなど、緊急時対応体制を必ず整えてください。

●経過観察中、医療機関までの搬送の間は、熱中症になった人を決して一人にしないでください。

【救急相談窓口】

救急隊を要請すべきか、病院に行くべきか、判断に迷う場合は、「救急安心センター事業(＃7119)」に電話すると、近くの医療機関(医師や看護師)等が相談に応じてくれます。

※救急搬送が必要となる場合に備え、搬送先(医療機関)および連絡方法をあらかじめ定め、現場に周知しておくことは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められています。

このガイドラインのご利用にあたって

- ◆厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」もあわせてご確認ください。
- ◆このガイドラインは、東京都の助成を受け、当該分野の専門家、研究者、法律家、産業医、労働安全衛生コンサルタント、日本芸能従事者協会安全衛生委員等で構成する熱中症防止対策委員会が、厚生労働省の示す対策に基づき作成しました。
- ◆どなたでも無料でご利用いただけますが、著作権は日本芸能従事者協会に帰属します。



現場に産業医を設置したい場合や研修をご希望の方は、
日本芸能従事者協会 熱中症相談窓口:ne-soudan@artsworkers.jpまで



一般社団法人 日本芸能従事者協会

東京都港区北青山3-6-7-11階 Tel: 03(5778)5224

Copyright © 一般社団法人日本芸能従事者協会 All Rights Reserved.

芸能従事者の熱中症対策ガイドライン ～舞台編～

熱中症は適切な対処をおこたると後遺症が残ったり、死亡することもある、おそろしい疾患です。近年の世界的な温暖化や夏が酷暑になるにつれ、ますます危険性を増しています。2025年6月からは、厚生労働省が労働安全衛生規則612条を改正したことで、事業者（主催者及び制作者）が、現場で働く（個人事業者を含む出演者及びスタッフ）が熱中症にならないように、予防策を講ずることが義務化されました。

舞台芸術の制作現場でも、熱中症にならないように「危険予知」をして、適切な対策をとることで、安全で働きやすい就業環境を作ることが大切です。

実際に熱中症災害を減らすためには、劇場や作業場及び稽古場にいる各ポジションの一人一人が、

- ①入念な予防をした上で、
 - ②熱中症が発生したら → 見つける、→ 判断する、→ 対処する
- の3段階で対応します。

次にあげるのは、どのような職種でも応用できる基本的な内容です。これらの要点を踏まえて、それぞれにあった熱中症対策を講じよう、舞台製作に関わるすべての方と協力をして下さい。



一般社団法人日本芸能従事者協会

① 熱中症の予防

予防の STEP1

《暑くなる前の事前準備》

1【周知】

熱中症の対策と予防に、誰もが気持ちよく取り組めるように、とくに主催者やプロデューサーの方が率先して対策を講じ、現場に常駐する制作者の中に安全衛生担当者を置いて、安全に向けて、場の雰囲気作りや関心を持つように心がけてください。出演者やスタッフが現場に入る前に、研修の実施や、ガイドラインの周知をしてください。冬物の舞台衣装をつける場合は十分な配慮をしましょう。

2【救急医療機関の把握】

熱中症のリスクが大きい日は、救急車も不足します。現場に近い救急医療機関を把握しておきましょう。

3【労災保険の加入】

重症の熱中症になると、集中治療室で治療することもあります。

総務省によると、2025年(5-9月)には117人の方が熱中症で死亡しています。作業や稽古の開始前に労災保険に加入して、加入者証を現場で携帯しておきましょう。

【全国芸能従事者労災保険センター】

<https://artsworkers.jp/geinourounsai/>



予防の STEP2

《作業が始まるまでの準備》

4【熱馴化】

暑さに慣れる「熱馴化」は、熱中症を防ぐ基本です。作業の初日や稽古はじめから無理をせず、暑さに体を慣らしやすいようにウォーミングアップをしたり、段階的な作業スケジュールを各部署で作成しましょう。

5【前日の生活】

熱中症の3大要因である①睡眠不足、②前夜の深酒、③朝食抜きを控えてください。

6【温度・湿度の測定】



経験や体感だけでなく、暑さ指数(WBGT値)をもとにした対策を講じるようにして下さい。

●暑さ指数(WBGT)測定機は必ず事前に用意して、現場で誰でも確認できるように、置き場所を決めて周知してください。

危険	重症警戒	警戒	注意	ほぼ安全
31～	28～31	25～28	21～25	～21

●国は特に、WBGT値28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時間を超えた作業がある事業所に対して、罰則付きで熱中症対策を義務付けました。この基準を越えないように、複数の人が定期的に確認をすることも大切です。特に暑くなりやすい搬入口付近や機器の多い音響や照明のブースにも置くことが望ましいです。

7【児童・高齢者への対策】

子どもは体重に占める水分量が多いため、熱中症になりやすく、重症化しやすいです。子どもや高齢者等がいる現場では、WBGT測定機の示す作業負荷よりも、ワンランク広い安全域を設定して、作業の持続時間を短くして下さい。本番では観客にも配慮が必要です。

8【休憩場所の確保】

冷房の効いた楽屋や休憩場所を確保するようにして下さい。劇場以外の野外公演等では足場材等を使った簡易的な休憩所を設置するようにして下さい。

予防の STEP3

《作業中の対応》

9【水分の摂取】

水分を摂り過ぎると汗をかき過ぎたり体がバテたりするというのは誤った考えです。暑い日は本番を前に水分の摂取を我慢しすぎるのは危険です。喉が渇くから飲むのではなく、暑い場所で働く場合は定期的に飲んでください。電解質が入った飲料や塩飴が最適です。



10【休憩】

作業中に上昇した「深部体温」を下げるために、暑さの程度に応じて作業時間を調整し、休憩時に手足を水に浸すなど、「ブレーキング」を行う等、定期的に涼しい場所で休憩をとることが重要です。

※安全衛生係が示すのに適切な「無理のない休憩スケジュール」の例

暑さ指数(WBGT)	作業時間	休憩時間の目安
31℃以上(危険)	30分作業	15～30分休憩(涼しい場所でしっかり体を冷やす)
28～30℃(厳重警戒)	50分作業	10分休憩(日陰で風通し良く)

予防の STEP4

《作業後の対応》

11【体調確認】

普段から周りの人の顔色(とくに唇の色)や表情に注意しましょう。休憩時には、顔色を確認するなどしてお互いに体調を確認しましょう。



② 熱中症が発生したら

発生対応
STEP1

《見つける》

1【尿の色チェック】

主催者あるいは制作者は各トイレにチェック表を貼り、各人がトイレのたびに、排尿の量と回数、尿の色を確認して、必要十分量の水分を摂取できているかどうかを判断して下さい。

2【積極的な声かけ】

体調が悪そうな人に、気軽に声がけできる雰囲気作りに心がけて、「いつもと違う」と思ったら、熱中症を疑って制作者など所定の連絡先に速やかに報告してください。報告を受けた人は必要に応じて周囲に周知し、対応を開始してください。

※熱中症の疑いがある場合に「誰に連絡するか（連絡先・連絡手順）」をあらかじめ定め、現場に周知することは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められます。



発生対応
STEP2

《判断する》

3【熱中症が疑われる症状】

他覚症状：ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、けいれん等
自覚症状：めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

発生対応
STEP3

《対処する》

4【重さ別の3段対応】

熱中症の重さは3段階にわかれます。この表をケータリングの場所等の誰もが見えるところに掲示して、現場にいる人全てが「症状」を判断して現場の標準ルールとして徹底するようにして、「対応」できるようにしましょう。

分類	主な症状	対応
I度 (軽症)	めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り(熱けいれん)	涼しい場所での休息、経口補水液や水分・塩分を補給
II度 (中等症)	頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない	作業から離脱して、速やかに救急車を呼ぶ
III度 IV度 (重症)	意識がない、けいれん、運動障害(ふらつき等)、高体温(体に触ると熱い)など命に関わる症状	ただちに医療機関に連絡し、緊急対応を依頼

5【現場の進行の一時停止】

指揮する立場の制作者や演出家、舞台監督等の全体を見ることが出来る人が熱中症を見つけたら、速やかに主催者やプロデューサーに伝達し、伝達を受けた者は、全員に周知し、現場の進行を一時ストップして、最優先で対応してください。

●速やかにあらかじめ用意した保冷剤やアイスバスを使用したり、衣服をゆるめて皮膚をなるべく出して、水をかけたり「うちわ」や「冷風機」等で身体を冷やしてください。

●経過観察中、医療機関までの搬送の間は、熱中症になった決して1人にしないでください。

【救急相談窓口】

救急隊を要請すべきか、病院に行くべきか、判断に迷う場合は、「救急安心センター事業（#7119）」に電話すると、近くの医療機関（医師や看護師等）が相談に応じてくれます。

※救急搬送が必要となる場合に備え、搬送先（医療機関）および連絡方法をあらかじめ定め、現場に周知しておくことは、労働安全衛生法に基づき事業者に求められています。

MEMO

■熱中症対策の担当者・安全衛生管理者（氏名、連絡先）

■現場に近い救急医療機関（名称と連絡先）

舞台に特有の熱中症リスク

舞台芸術の現場における熱中症リスクは、一般的な作業現場とは異なる特徴を持っています。体感温度が想定以上に上昇しやすく、初期症状に気づきにくい点が大きな特徴です。

以下の点を理解したうえで、前章までに示した予防および対応を、より厳格に運用する必要があります。

1【高温環境が「人為的」に作られる】

舞台では、演出や設備の都合上、意図的に高温環境が生じます。

■照明機材（スポットライト・ムービングライト等）

強力な照明は大量の熱を放出し、舞台上、舞台袖、照明ブースは特に高温になりやすい環境です。

■機材の密集

アンプ、電源装置、映像機器などの排熱が重なり、局所的に高温となります。

■換気の制限

演出上の理由により、空調や換気を止める、または弱める場面があり、熱がこもりやすくなります。

2【暑さを感じにくい心理的・構造的要因】

― 初期症状を自覚しにくい ―

舞台特有の集中状態や進行上の制約は、熱中症の初期症状を見逃す要因となります。

① 本番中の高い集中状態

② 「今は我慢する」「途中で抜けられない」という心理的圧力

③ 演出・進行を優先し、体調変化を後回しにしがちなこと

これらにより、本人が不調を自覚した時点で、すでに中等症以上に進行している場合があります。

3【野外舞台における複合リスク】

屋外公演や野外イベントでは、さらに条件が厳しくなります。

① 直射日光と舞台照明による二重の熱負荷

② 地面からの照り返し

③ 風が弱い、またはテント内が蒸れる

④ 天候変化への対応が遅れやすい

これらの要因により、WBG-T（暑さ指数）が短時間で急上昇しやすいことを常に念頭に置く必要があります。

【重要な留意点】

舞台現場では、「本人の自覚」や「体感」だけに頼らず、WBG T値、周囲の観察、第三者の判断を重視することが、重症化や事故を防ぐうえで極めて重要です。前章までに示した、

- 予防
- 見つける
- 判断する
- 対処する

の各対応は、舞台特有のリスクを踏まえ、より慎重かつ早期に実施することを基本としてください。

※熱中症の症状や体調不良を申し出た方が不利益を受けることのないよう、申告しやすい環境づくりと適切な配慮をお願いいたします。

このガイドラインのご利用にあたって

◆厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」もあわせてご確認ください。

◆このガイドラインは、東京都の助成を受け、当該分野の専門家、研究者、法律家、産業医、労働安全衛生コンサルタント、日本芸能従事者協会安全衛生委員等で構成する熱中症防止対策委員会が、厚生労働省の示す対策に基づき作成しました。

◆どなたでも無料でご利用いただけますが、著作権は日本芸能従事者協会に帰属します。

厚生労働省
「熱中症予防のための
情報・資料対策サイト」



日本芸能従事者協会
「芸能従事者の熱中症対策
ガイドライン」



日本芸能従事者協会が
作成した
「セルフチェックリスト」



現場に産業医を設置したい場合や研修をご希望の方は、
日本芸能従事者協会 熱中症相談窓口: ne-soudan@artsworkers.jp まで



一般社団法人 日本芸能従事者協会

東京都港区北青山3-6-7-11階 Tel: 03(5778)5224

Copyright © 一般社団法人日本芸能従事者協会 All Rights Reserved.

熱中症対策ポイント

芸能現場における熱中症から人を守る基本原則

熱中症対策は「自己管理」に委ねるものではなく、現場で確実に運用される仕組みが必要です。無理をしないように伝え、体調不良を申し出やすい環境を整えてください。「やめてください」「休んでください」と周囲が声をかけられることが安全につながります。

事前にできる対策は確実に実施してください。プレクーリング（事前冷却）、冷却用品の準備、適切な水分・塩分補給（取りすぎに注意。高血圧等は 医師に相談）など、リスクが高い条件では一層の配慮が必要です。

高齢者や若年者など、発言しにくい立場への配慮も重要です。安全対策に要する費用や設備は必要経費として位置付け、現場全体で共有してください。

■ ■ ■

実演家編

1. 実演家に特有の前提

実演家は、本番やリハーサル中、強い集中や緊張状態に置かれるため、自分自身の体調変化に気づきにくく、また申告しにくい立場にあります。

さらに、出番待ちや舞台袖に下がった直後、あるいは撮影現場の待機時間など、一人になったタイミングで症状が出やすいことにも留意が必要です。

また、出役が動けなくなることで現場が止まることや、代役がないことを懸念し、体調不良を言い出しにくい状況も想定されます。そのため、熱中症対策においては、「本人の我慢」や「自己判断」に委ねるのではなく、周囲が気づき、声をかけ、対応できる仕組みを整えることが重要です。

2. 【予防】実演家が知っておくべき基本

- 喉の渇きを感じる前から、定期的に水分・電解質を補給してください
※緑茶など、電解質の少ない飲料のみの摂取は避けましょう
- 衣装、カツラ、帯、腰ひも等により体温がこもりやすくなるため、可能な範囲で緩める・外す対応が取れるよう、制作側と事前に共有してください

- トイレに行きやすい導線・タイミングが確保されているかを確認してください

3. 【見つける】不調に気づくために

次のような症状を感じた場合は、無理をせず、早めに周囲へ伝えてください。

- めまい、立ちくらみ
- 頭痛、吐き気、強い倦怠感
- いつもより息が苦しい、動きが鈍い など

リーダー的立場の実演家は、知識を共有し、声を上げやすい雰囲気づくりに協力してください。

4. 【判断・対処】我慢しないことが安全につながる

- 「途中で抜ける」「休憩を申し出る」ことは、進行の妨げではなく、安全確保のための正当な行動です。
- 熱中症により動きが鈍くなったり反応が遅れたりすることがありますが、それを「やる気がない」「集中していない」と受け取られないよう、現場全体で共通理解を持ってください。
- 季節と異なる衣装の着用や、日差しが強く撮影に適した（いわゆるピーカンの）状況など、環境要因により体調不良を申し出にくい場面が想定されます。こうした条件下では、より一層の配慮が必要です。
- 給水所や休憩所に掲示された対応表を確認し、自身の状態を客観的に判断してください。
- 子役や若年者がいる現場では、周囲の大人が率先して状況を確認し、必要な判断・対応を行ってください。

5. 大切なこと

実演家の方が、体調の変化や熱中症が疑われる症状を周囲に伝えることで、現場全体の安全につながります。無理をせず、一人で抱え込まず、周囲と情報を共有してください。

あわせて、現場に入る前に「熱中症を防ぐためのセルフチェックリスト」を用い、当日の体調や準備状況を確認することを推奨します。

補足

- このガイドラインは、基礎編を土台とした役割別の補足資料です
- 現場の状況に応じて、制作・出演者・スタッフが連携し、柔軟に運用してください。

■ ■ ■

スタッフ編

1. スタッフの役割と責任

スタッフは、現場で気づいた点を共有し、安全確保につながる対応が取れるよう、関係者と連携してください。

2. 【予防】スタッフが担う基本的な対応

- 各部署の職長（チーフ）は、休憩と水分補給を作業計画に組み込むことを徹底してください
- WBGT（暑さ指数）測定機を、機材の周辺や暑くなりやすい場所に設置し、定期的に数値を確認・共有してください。
- 飲食が禁止されている作業場所がある場合は、代替となる補給場所を必ず確保して周知してください。

3. 【見つける】異変に気づくために

- 新人や若年スタッフは、体調不良を申し出にくい傾向があります。顔色・動き・声の変化に注意してください。
- 各部署の職長・チーフは、
「いつもと違う」と感じた段階で、熱中症を疑ってください。

4. 【判断・対処】進行を止める判断

- 熱中症が疑われる場合は、作業・進行を一時停止してください
- 舞台監督等は、「安全確保のため照明を上げる」「作業を止める」など、現場全体に分かる形で宣言してください。
- 対応中は、決して一人にせず、必要に応じて#7119（救急安心センター事業）等を活用してください。

5. スタッフに求められる姿勢

現場で異変に気づいた際に、状況を共有し対応につなげることは、現場の安全を確保するための大切な役割の一つです。迷った場合は、一人で抱え込まず、進行状況や立場にかかわらず、まず周囲と情報を共有してください。
あわせて、現場全体の安全確認として、「熱中症を防ぐためのセルフチェックリスト」を活用し、作業開始前や適宜、確認・共有を行うことを推奨します。

補足

- このガイドラインは、基礎編を土台とした役割別のポイントの補足資料です。
- 現場の状況に応じて、制作・出演者・スタッフが連携し、柔軟に運用してください。

■ ■ ■

児童実演家

児童は成人した大人よりも熱中症になりやすいことから、よりいっそう配慮した対策を取ることが必要です。平時から児童に対する安全対策は必要ですが、一般的に児童に特化した対策はされていないことから、保護者あるいは保護者に該当する人が児童に付き添い、児童の健康を最優先にした細やかな熱中症対策を取ることが望まれます。

その際、特別な費用がかかることが想定されるため、夏場の出演が想定される場合には、制作過程の初期段階から、出資者とよく相談して児童芸能従事者の熱中症予防に関する予算を確保するようにしてください。

厚生労働省の「個人事業者等の健康管理ガイドライン」では、日ごろからヘルスリタルシーを高めることが必要とされていますが、特に熱中症防止対策においては、以下について努めるようにしてください。

※児童に関しては一般的な実演家とは異なる配慮が必要です。具体的な法令に基づきつつ、児童の健康と安全を重視しています。必要に応じて専門家や保護者と連携しながら現場で適切に活用してください。

- 児童（18歳未満）の保護者は、出演の現場及び稽古や宣伝活動に至る作業の発生する全てを通して、最優先で児童の健康を担保すること。
- 平時から児童に必要とされる以下の事項に関しては、熱中症が危惧される場合において、より児童の負担となることが想定されることから、夏場においては特に配慮して取り組みをしてください。
- 起用する児童が雇用労働者であるか否かは、安全配慮の実施において重要な事項であるため、あらかじめ確認をすることが望ましいです。判断が困難な場合は、管轄の労働基準監督署、あるいはフリーランス・トラブル 110 番に相談して確認をしてください。
- 児童は大人よりも体が小さいことから、身長に合わせた暑さ指数を計測してください。（作業・出演時）
- 建設業では、児童及び青少年に高所である 2 m 以上の場所での実演や作業は原則禁

止しています。このような作業は心身に負担がかかることから、熱中症になる速度が早まることが恐れがあるため、原則実施しないことが望ましい。どうしても必要な時は十分な災害防止措置を取り、事故防止の方法を本人、保護者、マネージャー、各部署の制作スタッフ等、同じ場所で作業するすべての人に周知することが望ましいです。

- 年齢の若い児童や幼児、乳幼児に関しては、成人の労働時間より少ない労働時間を基準としてください。

【予防】

- 事前に、なるべく多くの関係者を対象に熱中症対策研修を開催してください。
- 熱中症になった場合、回復に日数を要することから、学業に差し支えないように配慮して、出演後、最低2日程度余裕をもったスケジュールを組んでください。
- 確実に熱中症が危惧される場合は、生成AIを活用するなどの工夫をして、児童芸能従事者の起用を控えてください。

【出演時】

- 現場の責任体制を明確化するために、安全衛生管理者を必ず配置すること。出演契約書には、あらかじめ安全衛生管理者とその所属先及び連絡先を明記することが望ましいです。
- 児童及び青少年芸能従事者の労災保険(あるいは特別加入労災保険)は、義務とすることが望ましいです。
- 熱中症が懸念される可能性のある現場に付き添い、そのための熱中症対策のために、必要とされる付き添いの経費(交通費、飲み物、塩分補給、涼しい休憩場所の確保のための費用等)を自己負担した場合の経費は、制作者に請求できるようにすることが望ましいです。

【対処】

- 万一、熱中症を原因とした重篤な死傷事故が起きた場合は、速やかに管轄の労働基準監督署に報告をしてください。
- 苦情相談窓口を設置すること。あるいは熱中症相談窓口を持った団体に加入するなどして誰もがいつでも利用できるように周知してください。

[日本芸能従事者協会 熱中症相談窓口 ne-soudan@artsworkers.jp]

※児童が関わる現場では、「熱中症を防ぐためのセルフチェックリスト」を用いて、保護者・制作側が事前に確認を行うことを推奨します。

■ ■ ■

シニアの方

撮影や舞台、稽古など、芸能の制作現場では、出演者・スタッフを問わず、年齢や経験にかかわらず、誰にとっても熱中症への備えが欠かせません。なかでも、長く現場で活動してきたシニアの方は、作業や出演の内容にかかわらず、体調の感じ方や回復のスピードに、これまでとは少し違いを感じる場合があります。こうした変化は、ご本人にとっても気づきにくく、周囲からも分かりづらい場合があります。ここでは、シニアの方ご本人が自分の体調に目を向けながら安心して現場に関わり続けるために、また制作側・共演者・スタッフが立場の違いを越えて自然に配慮できるように、熱中症を防ぐためのポイントを整理します。

※本ガイドラインで想定する年齢域について：ここでいう「シニアの方」とは、一般に60歳前後以降にみられることのある、体温調節や回復力の変化が生じやすい方を想定しています。ただし、こうした変化の現れ方には大きな個人差があります。本ガイドラインでは、年齢で線を引くのではなく、その日の体調や、いつもとの違いに気づくことを大切にしてください。

1. 体調の変化に気づくためのポイント

シニアの方は、喉の渇きや不調を強く自覚しにくい場合があります。「いつも通りにできている」と感じていても、体には少しずつ負担がたまっている場合があります。そのため、自分の感覚を大切にしながら、周囲の人と体調について共有できる関係を保つことが役立ちます。次のような変化があるときは、軽い不調であっても一度立ち止まって様子を確認してください。

- ☐ 受け答えがいつもより簡単になったと感じる
- ☐ 反応が少し遅くなったように思う
- ☐ 動きがゆっくりになり、動きづらさを感じる
- ☐ 「少し疲れた」「だるい」といった感覚が続いている

一見すると大きな変化がないように見えても、体調が急に変わることがあります。小さな違和感をそのままにしないことが大切です。

2. 判断の際に心がけたいポイント

シニアの方は、軽い不調から状態が変わるまでの時間が短い場合があります。「まだ大丈夫そう」「少し休めばいけそう」と感じる場面でも、無理を重ねない判断を

意識してください。次のような状態が見られる場合は、自分の気持ちを大切にしながら、早めに休憩や作業、出演の中断を考えてください。

- ☐ 会話が少しかみ合いにくいと感じる
- ☐ 「立ちくらみ」や「ふらつき」がある
- ☐ 体調をうまく言葉にできないと感じる

判断に迷うときは、少し早めに休む選択を基本にしましょう。

3. 体調不良が疑われたときの対応

体調に変化を感じたときは、できるだけ早く実演や作業から離れるようにしてください。シニアの方は、一時的に楽になったように感じて、その後に体調が変化することがあります。次の点を目安にしてください。

- ☐ 意識がはっきりしないときは、無理に水分をとらない
- ☐ 当日中の実演や作業の再開は、原則として行わない
- ☐ 翌日に体調が変わる可能性があることを念頭に置く

必要に応じて、医療機関への相談や、受診をすることも大切です。

4. セルフチェックリストの活用について

現場に入る前や、体調に少しでも不安を感じたときには、「熱中症を防ぐためのセルフチェックリスト」を用いて、その日の体調や準備状況を確認することをおすすめします。チェックリストを通じて気になる点があれば、無理をせず、制作担当者や周囲の人と共有してください。

【共有しておきたい考え方】

シニアの方の熱中症対策で重要なことは、これまでの経験に頼りすぎないこと、我慢しないことです。その日の体調を大切に、少し余裕をもった行動を心がけることを、現場全体で共有してください。

◆参考として、日本芸能従事者協会が作成したセルフチェックリストもご用意していますので、現場での確認にご活用ください。

https://artswokers.jp/wp-content/uploads/2025/08/necchuushou_checklist.pdf

■ ■ ■

聴覚障がい・発声が困難な方

聴覚障がいのある方や、発声が困難な方にとって、熱中症対策における大きな課題の一つは、体調の異変を音声で伝えられないことです。

現場では「声かけ」による体調確認や、「助けを呼ぶ」ことが前提となっている場合が多く、これが熱中症の発見の遅れにつながるおそれがあります。

厚生労働省は、障がいのある人の熱中症対策として、本人が体調の変化を伝えやすい環境づくりや、周囲が変化に気づく工夫の重要性を示しています。

これを踏まえ、本ガイドラインでは、状態を視覚的に共有できる、「熱中症状態表示カード」の活用を推奨します。

具体的には、熱中症の進行段階を「初期」「中期」「重症」の3段階に分け、それぞれを色で区別したカードを用意する方法です。

- ◆ 初期（例：緑）
のどの渇き、軽いめまい、暑さによる違和感
→ 水分補給・休憩が必要
- ◆ 中期（例：黄）
頭痛、吐き気、強いだるさ、集中力の低下
→ 作業中断・冷却・周囲への共有が必要
- ◆ 重症（例：赤）
意識がもうろうとする、立てない、反応が鈍い
→ 直ちに医療対応が必要

カードは、首から下げる、ポケットに入れる、スマートフォン画面で表示するなど、本人が使いやすい形で運用してください。休憩を取りたいときや体調に異変を感じたときに、声を出さずにカードを提示できることで、周囲が状況を理解しやすくなります。あらかじめ現場全体でカードの意味を共有しておくことで、合理的配慮としての安全確保につながります。

熱中症対策は、個人の注意だけでなく、伝えられる仕組みを整えることが不可欠です。音声に依存しない対策を取り入れることは、多様な働き方・参加の形を前提とした、安全な環境づくりの第一歩となるでしょう。

熱中症対策ポイント | 危険度「見える化カード」

— 誰でも使える、誰にでも伝えられる共通の熱中症対策 —

趣旨

熱中症対策では、体調の異変を早く、確実に共有できることが重要です。声を出しにくい、言い出しづらい、気づかれにくいといった事情は、誰にでも起こり得ます。厚生労働省も、障がいのある人や高齢者の熱中症対策として、体調を伝えやすい工夫と早期対応の重要性を示しています。本ガイドラインでは、特定の人に限らず、誰でも使える視覚的な状態表示カードの活用を推奨します。この方法は、児童、シニアの方、聴覚障がいや発声が困難な方、体調不良を言い出しづらい状況にある方など、現場にいるすべての人に共通して有効な安全対策です。

【運用のポイント】

- 体調の段階を初期・中期・重症の3段階で示します
- 色と記号（青・○／黄・△／赤・×）を用い、一目で判断できるようにします
- 各自のスマートフォンに保存したり、休憩所や水分補給場所（いわゆるお茶セット）に、飲料や塩分補給用品とあわせてカードを設置します。
- 声を出さなくても、カードの提示で休憩や対応につなげます

【状態表示カードの例】

- ◆ 初期（青・○）
めまいや立ちくらみがあり、少し不安を感じる
- ◆ 中期（黄・△）
頭痛・吐き気などがあります。作業から離脱する必要があります
- ◆ 重症（赤・×）
熱けいれん、体が熱いなど強い不調があります

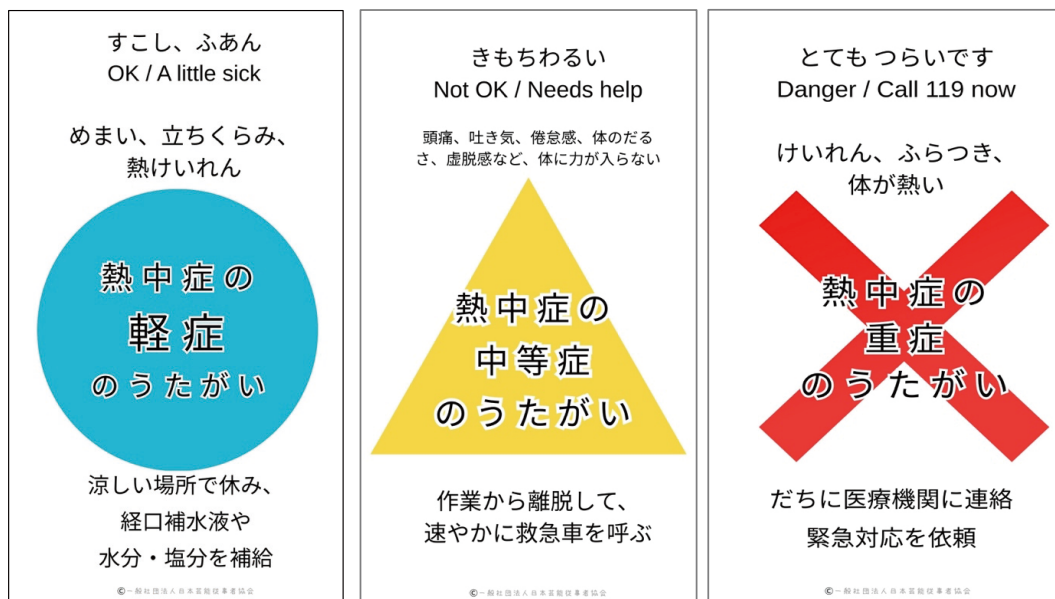
【対応の考え方】

- ◆ 軽症（青・○）では涼しい場所で休み。水分・塩分等を補給
- ◆ 中等症（黄・△）では作業から離脱して、休憩や冷却を行います。
- ◆ 重症（赤・×）では直ちに作業を中止し、周囲が緊急対応します

【まとめ】

危険度を「見える化」するカードは、誰もが使える共通の安全ツールです。
休憩所や水分補給の場に設置したり、スマートフォンに保存して状態を視覚的に共有
することが、熱中症の予防と早期対応につながります。

※見える化カードのイメージ例



芸能分野における熱中症リスク評価について

労働安全衛生総合研究所 化学物質情報管理研究センター
ばく露評価研究部長 齊藤宏之

熱中症を適切に防止するためには、どのくらい暑い環境にいるのか、どのくらい熱中症リスクがあるのかを評価することが大切です。そのために用いられているのが「WBGT」という指標で、「暑さ指数」とも呼ばれています。ここでは、WBGT（暑さ指数）を用いて熱中症リスクを評価する方法について示します。

（１） WBGT（湿球黒球温度、暑さ指数）とは？

WBGT（湿球黒球温度、暑さ指数）は、湿球温度（湿った温度計による温度）、黒球温度（黒い球の中の温度）、乾球温度（通常の乾いた温度計による気温）から計算される温度で、熱中症のリスクを増大する環境要因である気温、湿度、日射（ふく射熱）、気流（風）を評価することができますとされています。一般的には、市販の WBGT 測定器（黒球が付いたもの）を用いて測定することになります。

WBGT 測定器は JIS B7922 として規格化されており、2023 年に精度向上を目的とした改正が行われています。あまり古い測定器は精度的に問題があったり、経年劣化で測定精度が落ちていることもありますので、古い機種をお使いの場合は買い替えをご検討ください。また、今年以降、認証機関によって適切とされた商品に JIS マークが付けられることになりました。早ければ 2026 年度中にも JIS マーク付きの測定器が販売されると思われますので、これから購入あるいは買い替えを検討される場合は、JIS マーク付きの測定器を選択されることをお勧めします。



WBGT の測定は、作業している場所で測定することが望ましいですが、現実にはなかなか難しいかも知れません。その場合は代表地点での測定結果を用いることになりますが、場所によって暑さの度合いが違っても考えられますので、一度は各現場で測定し、傾向を掴んでおくことをお勧めします。また、WBGT 測定器が準備できないなどの理由で実測が出来ない場合は、環境省の「熱中症予防サイト」(<https://www.wbgt.env.go.jp/>) に各地の WBGT（暑さ指数）の実況値・予測値が表示されますので、これを活用することも可能です。メール配信サービスも提供されているため、ぜひ活用して頂きたいと思います。但し、ここで提供される値は地域の代表値であって現場の値とは異なる可能性もありますので、あくまでも目安として考えてください。

(2) WBGT 測定値の評価

測定された WBGT 値は、基準値表（表 1）と照らし合わせて対策が必要かどうかを判断することになります。基準値表は、どのくらいきつい作業・運動をしているか（代謝率がどの程度か）と、暑熱順化しているか（あらかじめ熱に慣れているか）によって 10 段階の数値が示されています。また、オリジナルの基準値表（JIS Z 8504）では建設現場等を想定した作業例が示されていますが、芸能分野における各作業・動作の例について、推定したものを示します。各分野には歩く速度が示されていますので、ここに載っていない作業・動作についてはそれを参考に当てはめてみてください。

WBGT 測定値に、(3) で示す「衣服による補正」を行った数値とこの表の基準値を比較して、基準値よりも高い場合は熱中症リスクが高い可能性があるため、「何らかの対策が必要」ということになります（この値を超えたら作業中止、というわけではありません）。

表 1：WBGT 基準値表（芸能分野における作業・動作の例は推定）

代謝率区分 (作業のきつさ)	作業・動作の例	WBGT 基準値 (°C)	
		暑熱順化者	暑熱非順化者
安静	安静，楽な座位	33	32
低代謝率 (軽い作業)	(軽い手作業) シナリオを書く，タイピング，設計図を描く， デザイン画・絵コンテを描く，衣装を縫う，パ ソコン作業，運転，カメラ位置に立ち続ける ※目安：2.5km/h 以下での平坦な場所での歩き	30	29
中程度代謝率 (中程度の作業)	(継続的な腕・足・胴体の作業) マイクをブームで持ち続ける，フィルムカメラ 等を手持ちで長時間撮影，感情の起伏の大きい 演技をする，緊張を伴う長時間の演奏 幕の上げ下ろし（手動の場合），すっぽんや奈 落・舞台袖など暗所での作業や衣装の早替え ※目安：2.5～5.5km/h での平坦な場所での歩 き	28	26
高代謝率 (きつい作業)	(強度の腕・胴体作業、重量物の運搬) 美術装飾の製作（トンカチ，木のカット），荷下 ろし，荷揚げ，大道具の運搬，舞台やスタジオ・ イベント会場の搬入搬出作業及び設営，スタジ オや劇場の天井部分での照明のセッティング， 時代劇や甲冑などの衣装の演技，交通事故の演 技，数千名を対象にした歌唱やダンス等の演技 ※目安：5.5～7km/h での平坦な場所での歩き	26	23

極高代謝率 (とてもきつい作業)	梯子や脚立・イントレに上り下りをする, 激しい運動を伴う演技(アクションシーンなど), ぬいぐるみを着てダンスやパフォーマンス, 高所からの落下の演技 ※目安: 7km/h 以上での平坦な場所での歩き	25	20
---------------------	---	----	----

(3) 衣服による補正

衣服によっては, 熱がこもりやすい, 汗が蒸発しにくいものがあります。このような衣服を着用している場合は熱中症リスクが高くなるため, 基準値表に当てはめる前に補正を行う必要があります。

オリジナルの衣服補正值では, 建設作業や工場などでの作業を想定し, 有害物質への曝露を防止するための「保護具」が例として示されています(表2)。実際に芸能分野で着用される衣服にこれをそのまま当てはめることは難しいですが, 概ね, 表中の「芸能分野の衣装」に示したようになると思われます。たとえば, 通常の長袖シャツ・長ズボンを着用している場合は補正の必要はありませんが, 秋物・冬物の衣類を着用している場合は+2℃程度, 着物や時代劇のドレスで+3℃, 雨具を上半身のみ着用した場合で+4℃の補正となります。特に, 上下とも雨具を着用している場合は+10℃(フードありで+11℃), 全身着ぐるみの場合は+12℃と, 非常に高い補正值となっており, このような服装のときは想定しているよりも低い WBGT 値(低い気温)でも熱中症リスクが生じることに注意が必要です。

表2: WBGT における衣服補正值

	芸能分野の衣装	衣服補正值 (℃)
作業服	半袖シャツ・ズボン	0
つなぎ服	長袖シャツ・ズボン	0
単層の SMS 不織布製のつなぎ服	スタッフ・黒子の衣服	0
単層のポリオレフィン不織布製つなぎ服	秋物・冬物	2
織物の衣服を二重に着用した場合	着物・時代劇のドレス	3
つなぎ服の上に長袖ロング丈の不透湿性エプロンを着用した場合	雨具(上半身のみ) 着物(浴衣・単衣等)	4
フードなしの単層の不透湿カバーオール	雨具上下(フードなし) 着物	10
フードつき単層の不透湿カバーオール	雨具上下(フード付き) 着ぐるみ	11
服の上に着たフードなし不透湿のつなぎ服	着ぐるみ・着物・時代劇 のドレス	12
フード	かつら・かぶりもの	+1

(4) おわりに

WBGT（暑さ指数）の測定や評価は、熱中症対策の必要性を検討するために必要ですが、測定したことで熱中症を防止できるわけではありません。重要なのは、WBGT 値が高かったとき、熱中症リスクが高いと評価された時にどのような対策を取るかにかかっています。

熱中症は、きちんと対策を行い、適切な処置を行えば必ず防止できるか、軽症で済ますことができます。その一方で、対策が不十分であったり、適切な処置が行われない場合、現代の医療でも救うことが出来ない、極めて重大な事故に繋がりがねません。地球温暖化の進展にともない、より一層暑さが厳しくなることが予想される中、熱中症による不幸な事故を防止するためには、皆の意識を高めたうえで、出来ることを確実に実施していくことが必要です。

ガイドラインと安全配慮義務（契約関係から）

専修大学法学部教授 芦野 訓和

働く人びとの働く環境を整備することは、雇用関係にとどまらず、委任契約や請負契約さらには委託契約においても異なるところはない。さらには、近時は直接の契約関係にない場合であっても、発注者の安全配慮義務が民法上問われることがある。

気候変動と、芸能現場の特殊性

近年、気候変動による異常気象は誰もが感じているところである。最高気温が40度を超えたニュースも珍しくなくない。さらに熱中症は真夏の問題だけではない。そのような中、日常生活における熱中症対策の重要性が説かれている。この対策は働く人びとにとっても重要である。芸能従事者の人びとの働き方は多様であり、ときに非日常的である。高温の室内での撮影や、真夏に冬の風景を撮影することも少なくないだろう。芸能従事者は発注者などの指揮監督命令により役務を提供するだけでなく、創造的役務を提供するための事前の準備が必要であり、日常とは異なる状況・衣装による演技を求められることがあるなど、役務提供の方法も一様ではなく、その実情に合った安全配慮に関するルールが求められるところである。

ガイドライン策定の意義（判断枠組みと多職種連携）

一般社団法人日本芸能従事者協会による「芸能従事者の熱中症対策ガイドライン」が策定されたことは画期的であろう。裁判において安全配慮義務の存在が認められるのは、当事者間に「特別な社会的接触関係」が認められる場合であるが、どのような場合にその関係が認められるかについては、「人的従属性」および「場所的従属性」が基準となるが、具体的な状況に基づいて判断される。義務違反があったか否かについても同様である。今回のガイドラインが、「熱中症防止対策委員」として、法律関係者だけでなく、求められる熱中症対策の観点から医療関係者・熱中症の専門家、さらには役務提供の実際に通じているあらゆる現場の人々を加えていることは重要であろう。これらの人々による多角的な検討に基づいて策定された本ガイドラインは、創造的役務提供の多様性に対応しうるものであり、また、必要な対策が示されていると評価できる。

現場実装への期待

本ガイドラインは、特別加入団体を有し、日頃から現場の労災に向き合い、実態をよく知った団体である一般社団法人日本芸能従事者協会だからこそ策定することができた実態にあったガイドラインである。本ガイドラインに基づいた対策がとられることにより、芸能従事者が熱中症を心配せず、より創造的に役務を提供することができる環境が作られることが期待できよう。

作成協力・関係者

本ガイドラインの策定にあたっては、当協会の熱中症防止対策委員会委員である映画制作関係者、劇場関係者、関係有識者等の協力を得て、安全衛生委員会において作成した。

令和 7 年度熱中症対策ガイドライン策定等補助事業

発行 2026 年（令和 8 年）3 月

発行者 一般社団法人日本芸能従事者協会

東京都港区北青山 3 丁目 6 番地 7 青山パラシオタワー 11 階

