

# 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/geinourosai/>



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、特に日中デイブ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。

ほほ安全	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、WBG T測定機の示す作業負荷よりも、フ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、「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℃(嚴重警戒)	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 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 STEP 2

#### 《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、高温温等

### 発生対応 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
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)、高温温(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で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)および連絡方法をおらかじめ定め、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](mailto: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.