

2026/8/7

芸能従事者向け 熱中症対策セミナー

1

芸術・芸能の職場における 熱中症リスク評価と対策

独立行政法人労働者健康安全機構 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

saitoh@h.jniosh.johas.go.jp



JNIOOSH

National Institute of Occupational Safety and Health, Japan

本日の構成

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

1. 熱中症とは？

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

1. 熱中症とは？

□ 熱中症とは

- 高温多湿な環境下において、
- 体内の水分・塩分のバランスが崩れたり、
- 体内の調整機能が破綻するなどして発症する

障害の総称です。

□ 熱失神，熱痙攣，熱疲労，熱射病が主な症状です。

□ 重症度によってI度，II度，III度，IV度に分類されます。

☀ 熱中症の主要な症状と重症度 ☀

I度 (軽症)

現場での
対応・経過
観察で改善
することが
多い

熱失神

一時的に脳への血流が低下し、立ちくらみやめまいを起こし、意識を失うことがある。

主な症状

- めまい
- 立ちくらみ
- 一時的な意識消失
- 顔面蒼白
- 冷や汗



熱けいれん

大量に汗をかいた後に水だけを飲み続けることで、体内の塩分（ナトリウムなど）が不足して起こる筋肉のけいれん。

主な症状

- 筋肉のけいれん（ふくらはぎ、太もも、腕、腹部など）
- 痛み
- 大量の発汗



ポイント

水ばかり飲んで塩分が不足すると起こります。

II度 (中等症)

医療機関での診察や治療が必要

熱疲労

大量の発汗により、水分や塩分が失われ、体がぐったりし、さまざまな症状が現れる状態。

主な症状

- 強いだるさ
- 頭痛
- めまい
- 吐き気・嘔吐
- 大量の発汗
- 判断力の低下



熱射病

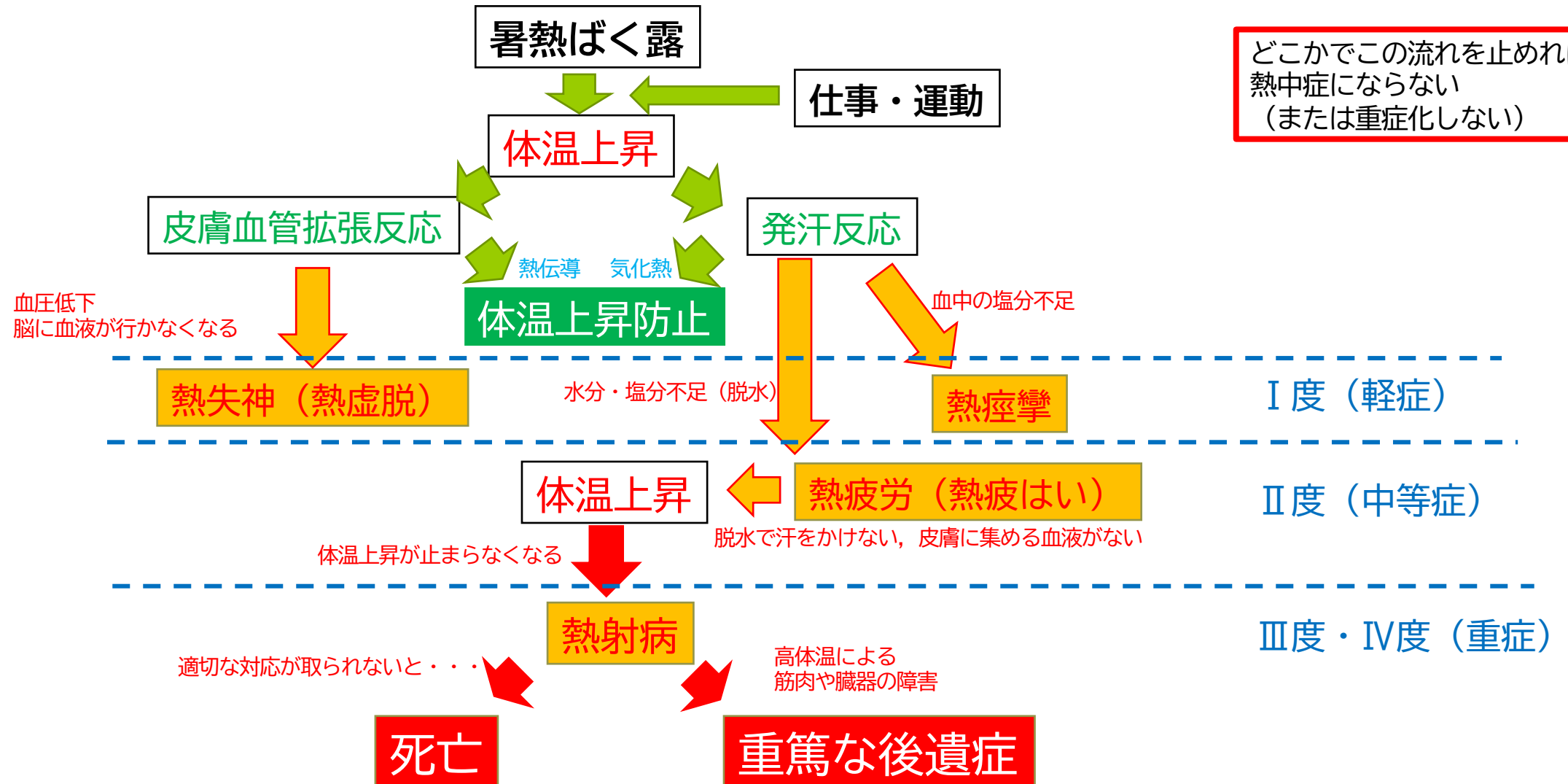
体温の調節ができなくなり、体温が著しく上昇して、脳や内臓に障害を起こす重篤な状態。

主な症状

- 高体温（40℃以上）
- 意識障害（呼びかけに反応しない、もうろうとする）
- けいれん
- 体が熱く、乾いている（汗が出ないことが多い）
- 呼吸が速い、脈が速い
- まっすぐ歩けない



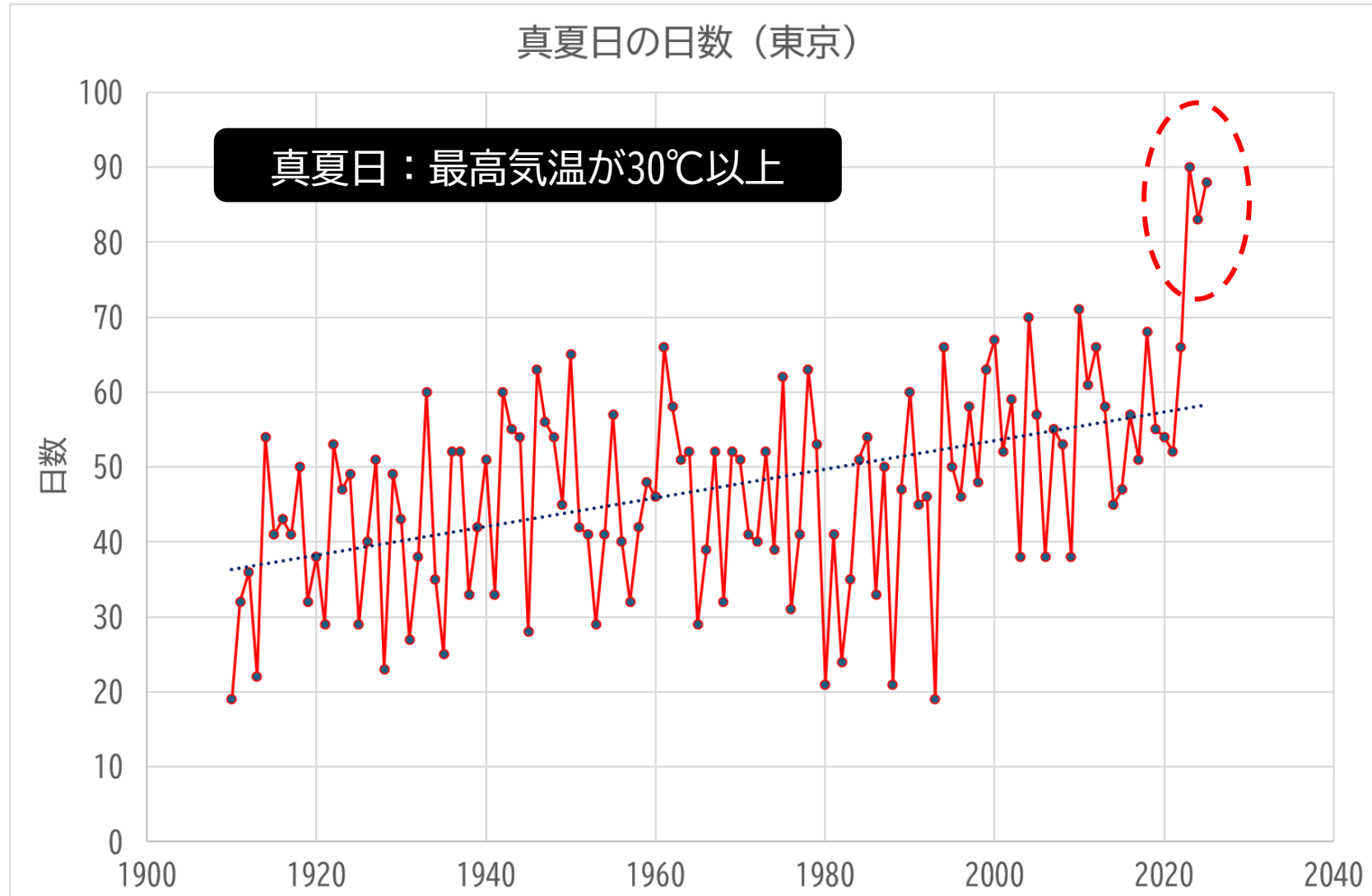
熱中症のメカニズムの概要



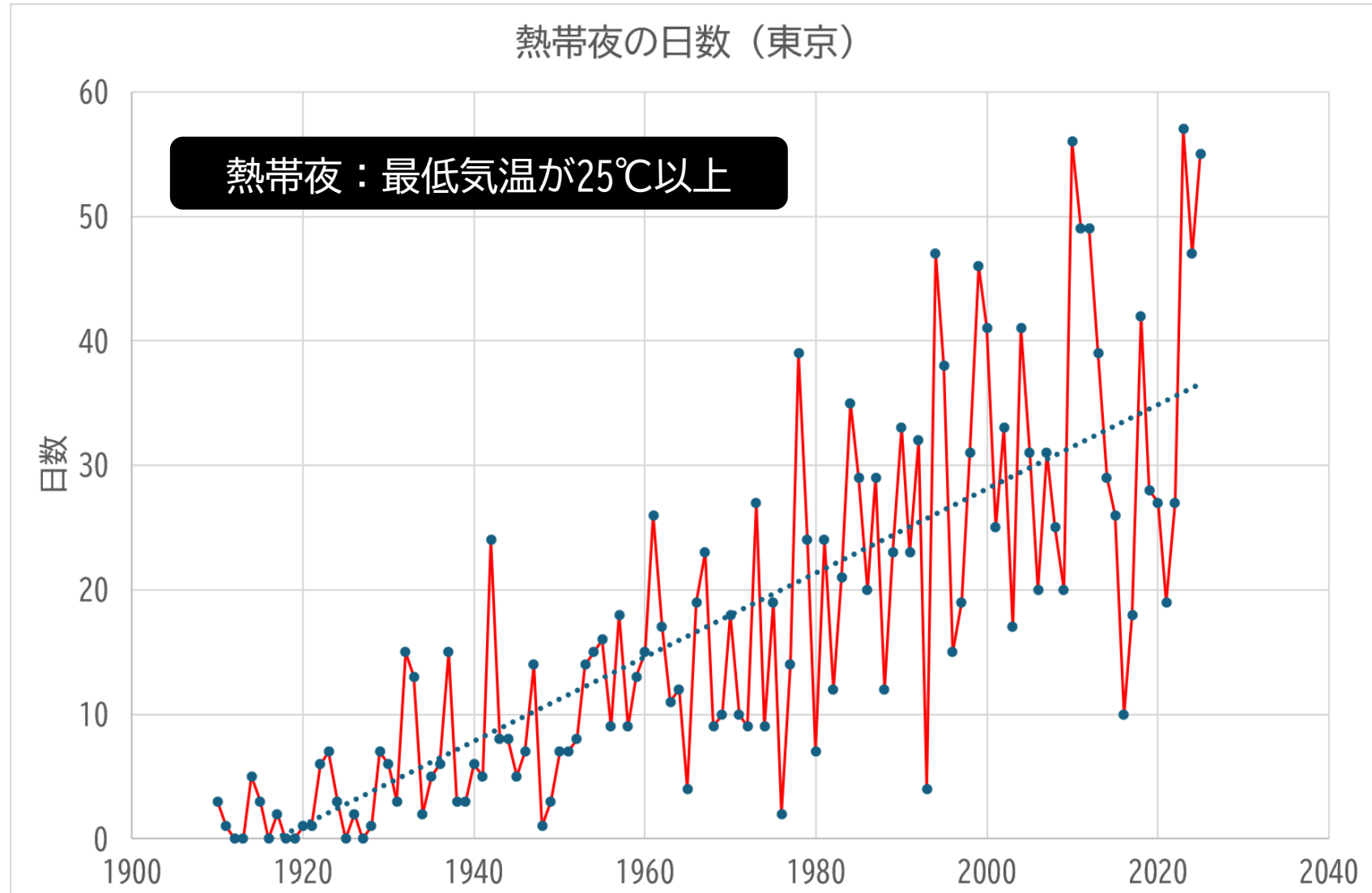
2. 熱中症の発生状況

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

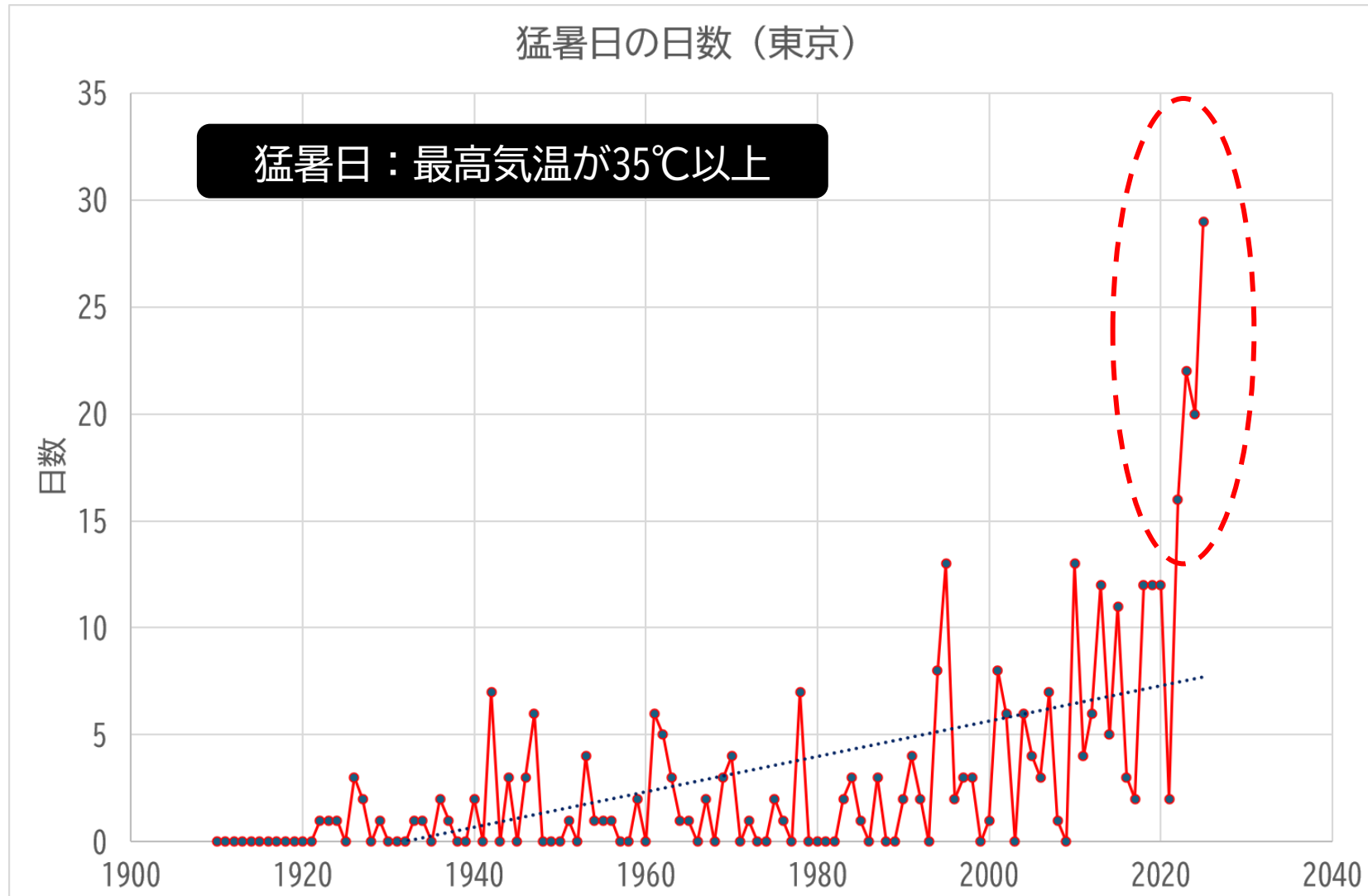
どんどん暑くなる日本



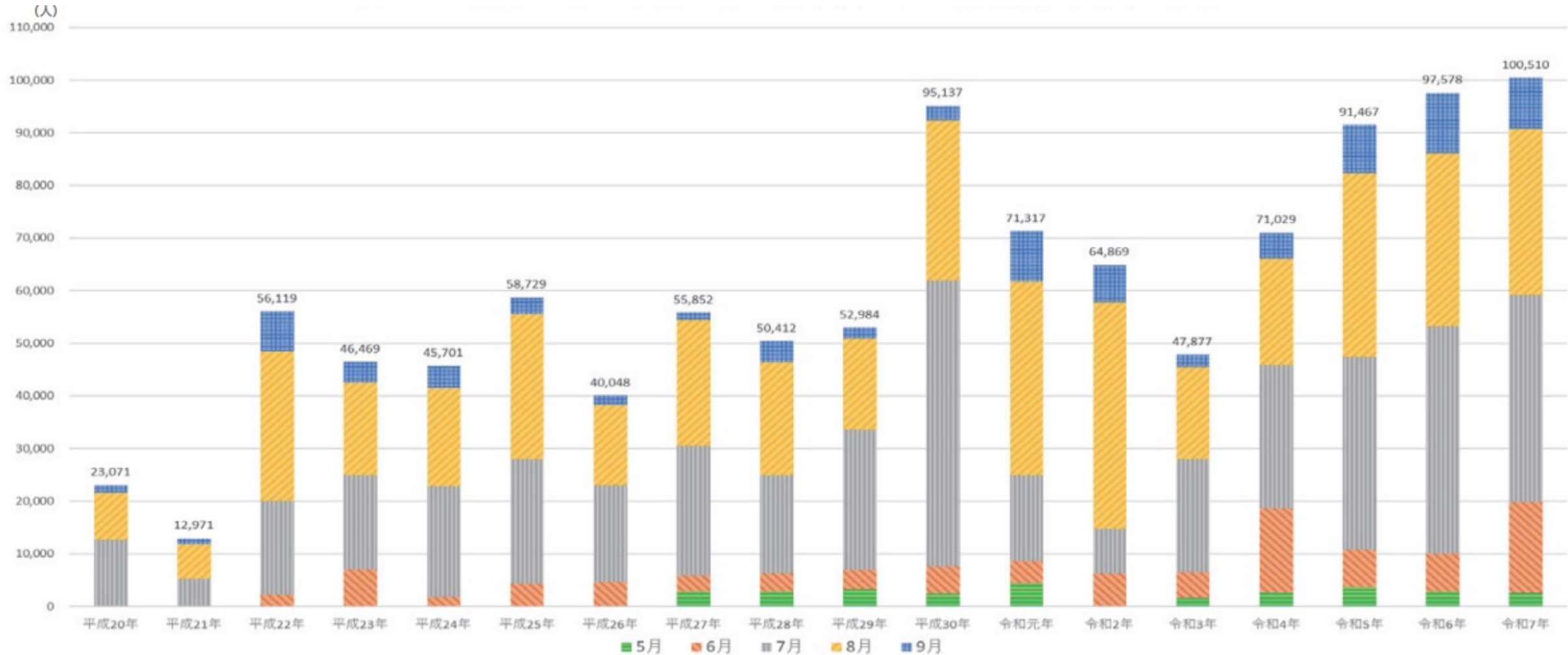
どんどん暑くなる日本



どんどん暑くなる日本

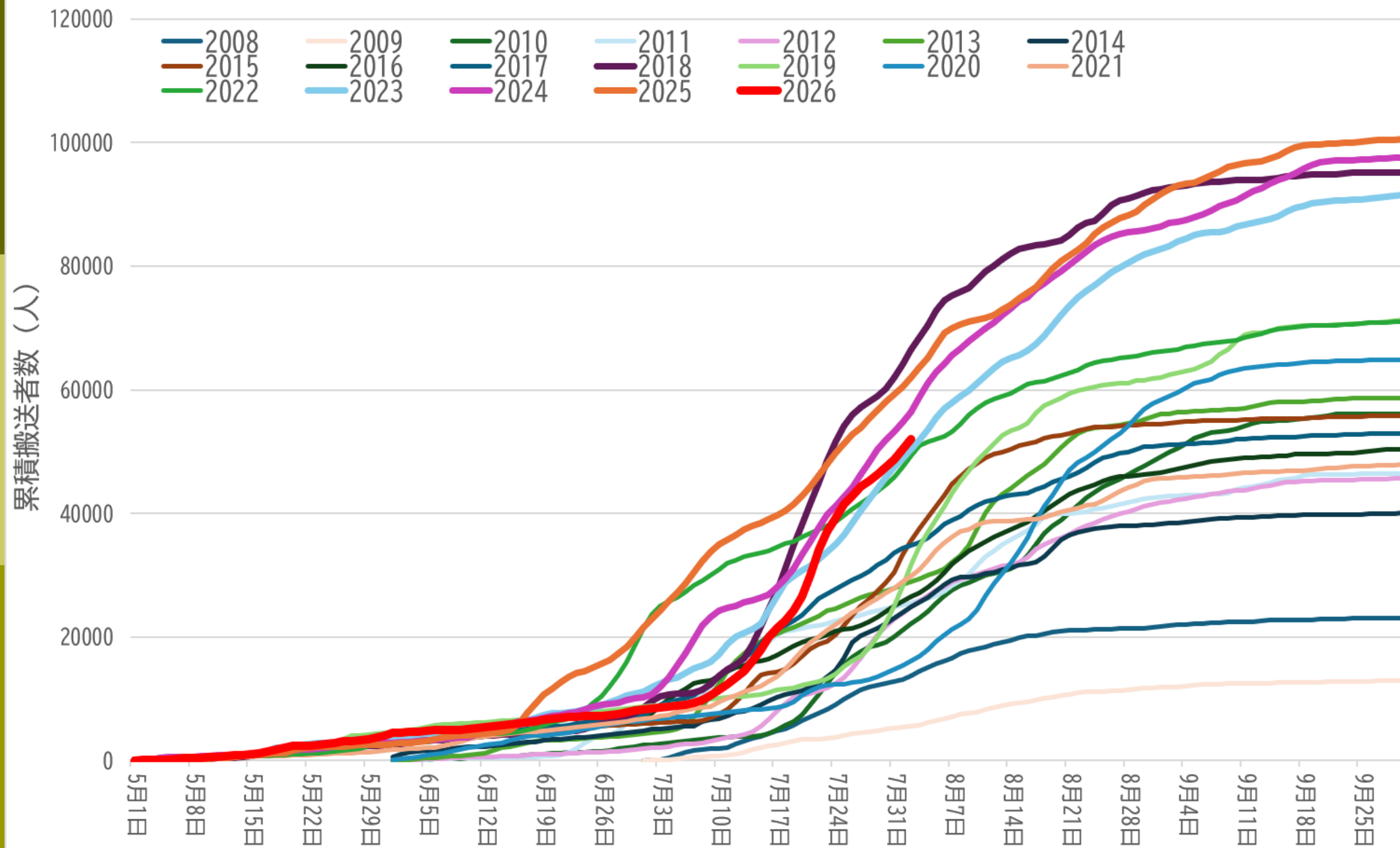


熱中症による救急搬送人数の推移

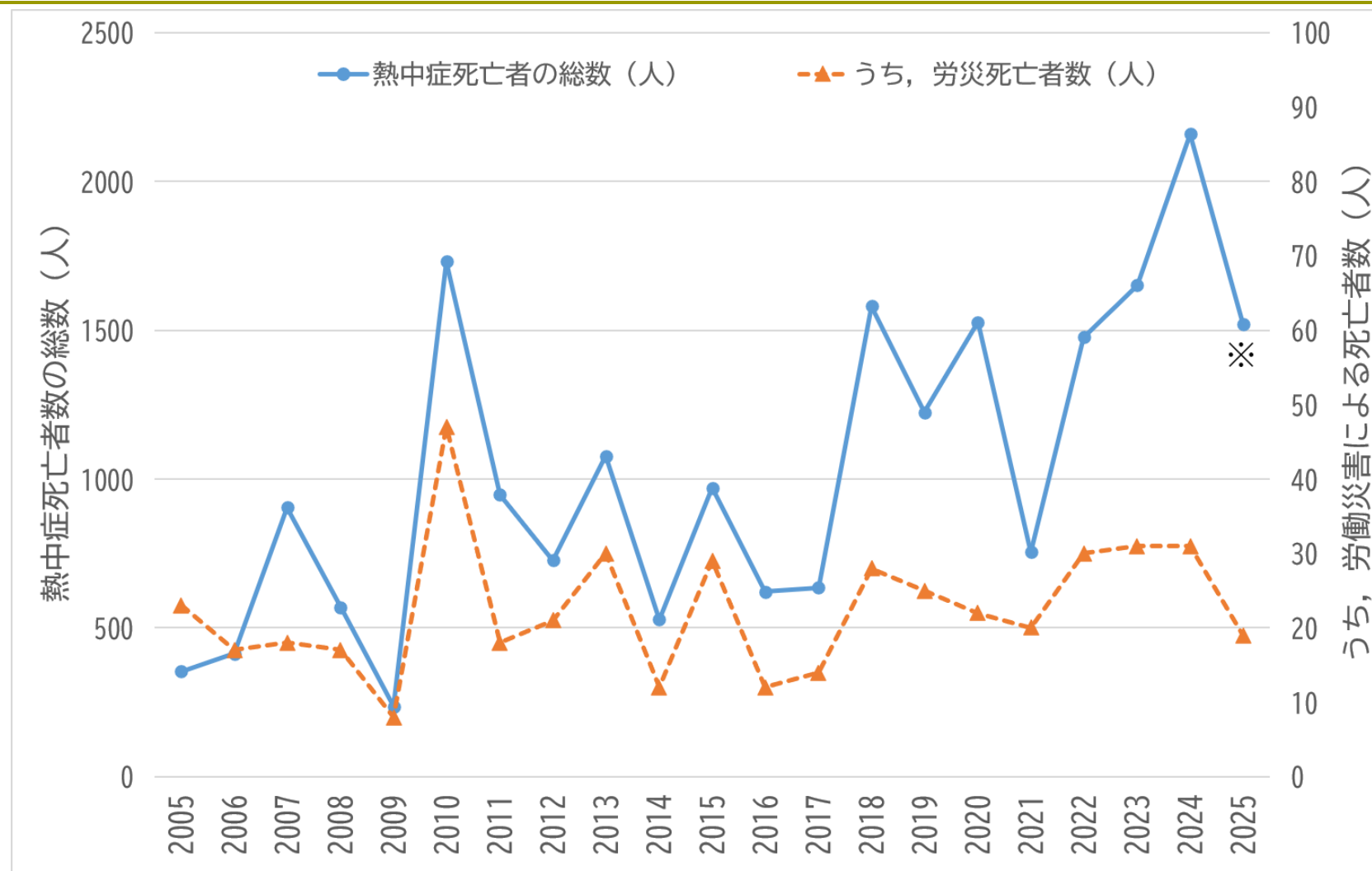


出典： 消防庁，「消防の動き」

年別の累積搬送者数



熱中症死亡者数（総数および労働災害）

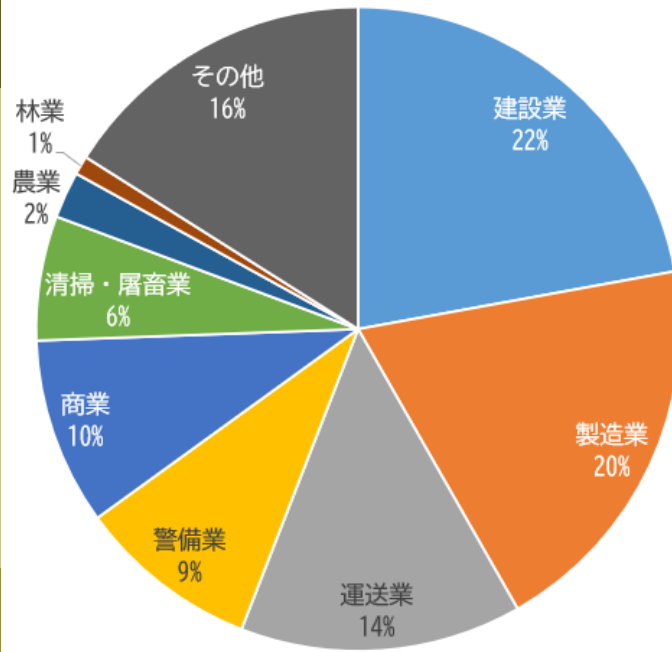


※2025年の死亡者数（総数）は
6月～9月の死亡者数（概数）

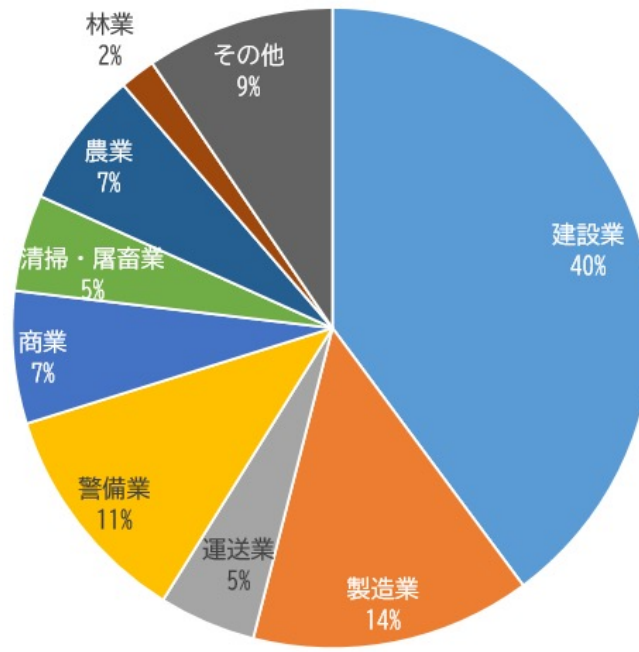
出典：（総数）人口動態調査／（労働災害）厚生労働省安全衛生部

業種別死傷者数・死亡者数の割合

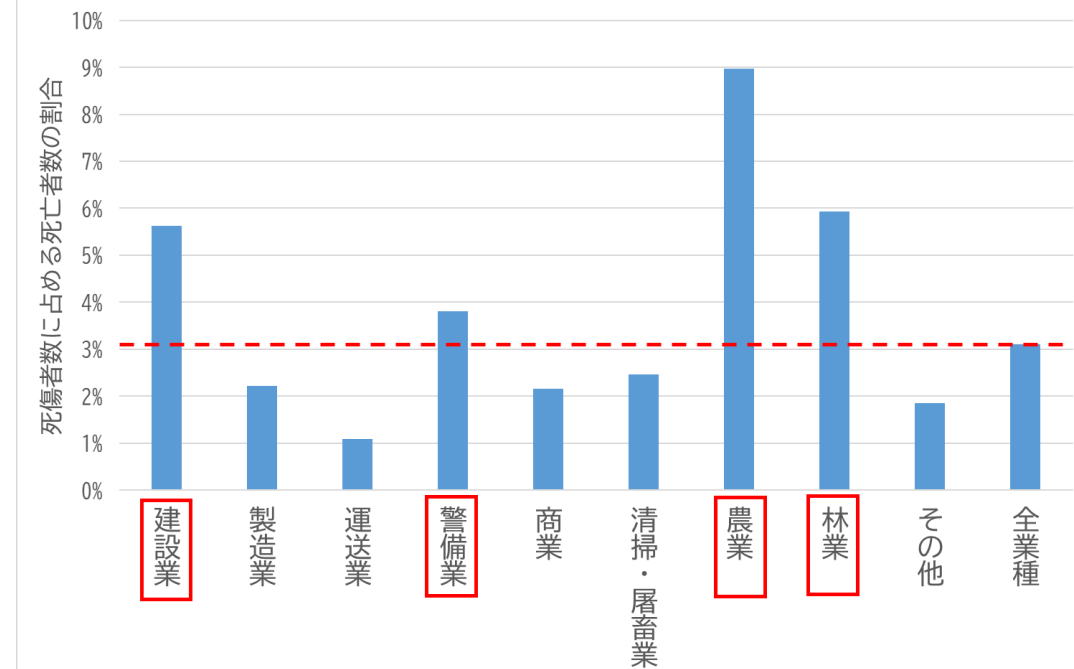
休業4日以上死傷者数（2010～2025年，n=12527）



死亡者数（2010～2025年，n=389）

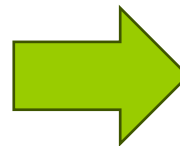


死傷者数に占める死亡者数の割合



出典：厚生労働省安全衛生部，2010～2025年の合計

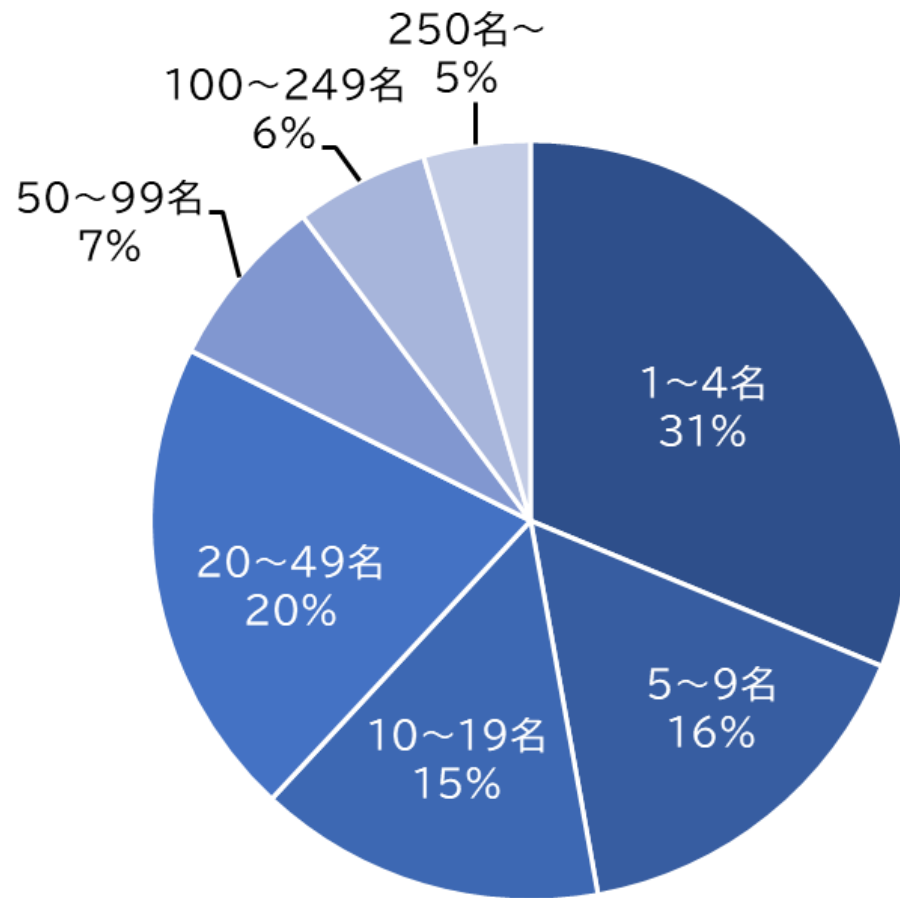
建設業・警備業・農業・林業での
死亡率が高い



共通点

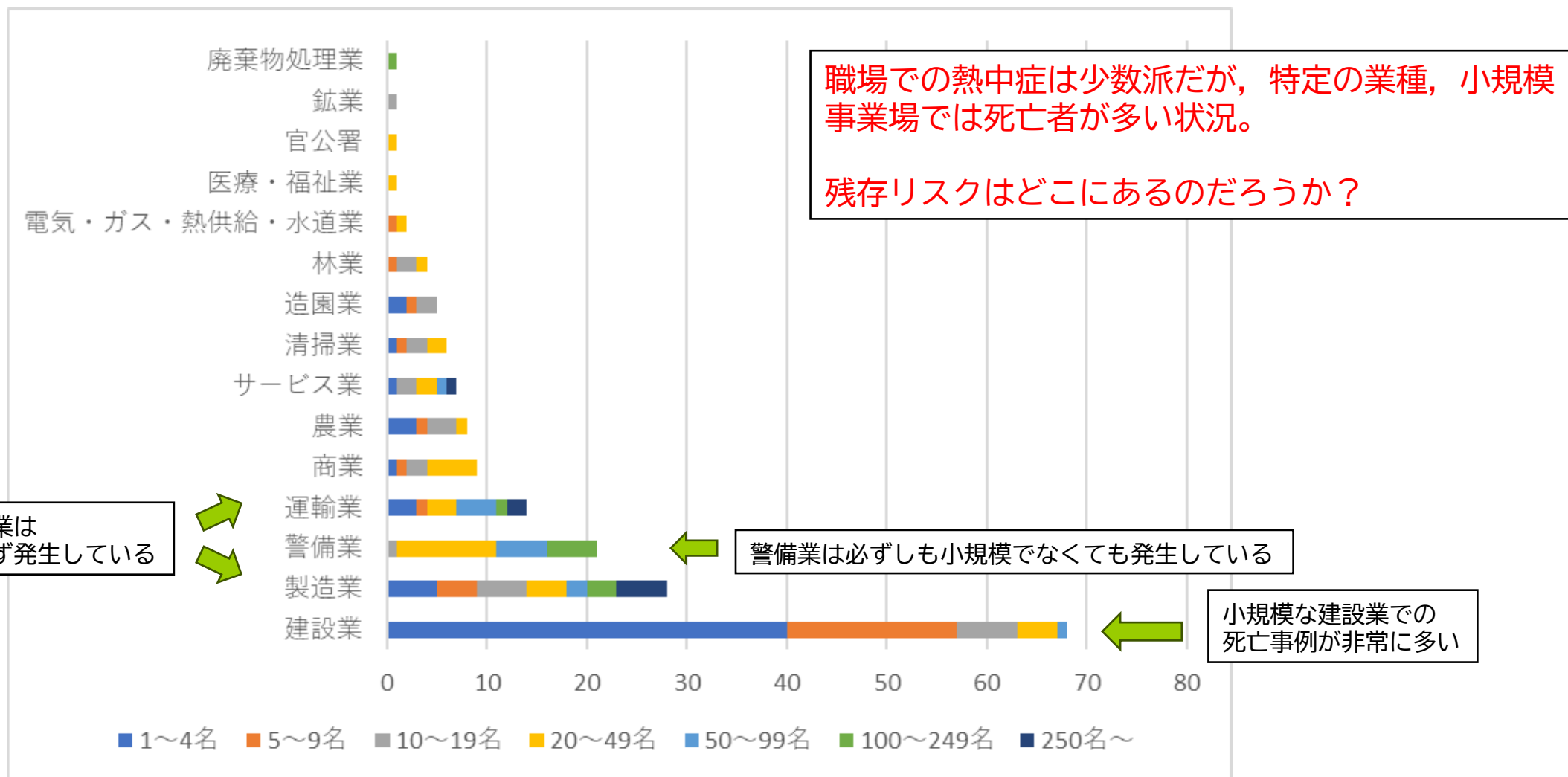
- ・ 屋外作業が多い
- ・ 休憩所の整備が難しい場合が多い

事業所規模と熱中症死亡者数



- 熱中症死亡災害の大半は小規模事業場で発生。
 - 10人未満の零細企業で47%，50人未満の小企業で82%を占める。
 - 大企業では熱中症死亡災害はほとんど起きなくなっている
 - 小規模事業場では熱中症対策が不十分な可能性が高い。
- 小規模事業場ならびに小規模現場における対策が必要。

業種別・規模別の熱中症死亡者数



3. 厚生労働省による熱中症対策と 法令改正による規制強化

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、
法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

熱中症対策の法的根拠（１）

労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）

労働安全衛生法

（事業者の講ずべき措置等）

「事業者」に課せられた義務であり、
「労働者」であるかは問われていない

第二十二条 **事業者**は、次の健康障害を防止するため必要な措置を講じなければならない。

- 一 原材料、ガス、蒸気、粉じん、酸素欠乏空気、病原体等による健康障害
- 二 放射線、**高温**、低温、超音波、騒音、振動、異常気圧等による健康障害
- 三 . . .

令和7年6月1日施行分にて
「懲役」⇒「拘禁刑」に改正

（罰則）

第百十九条 次の各号のいずれかに該当する者は、**六月以下の拘禁刑又は五十万円以下の罰金**に処する。

- 一 第十四条、**第二十条から第二十五条まで**、（中略） . . . の規定に違反した者

今回、「熱中症対策が罰則付きで義務化」と報じられていますが、
実際には昭和47年時点にて「罰則付きで義務化」されていました。
⇒ では、今まではどのような内容が罰則付きで義務化されていたのでしょうか？

熱中症対策の法的根拠(2)

労働安全衛生規則（2025/6/1施行以前）

- 改正以前から熱中症対策は「罰則付きで義務化」されていました
- ただし、2025/6施行以前は対象作業場が下記に限定されていました
 - 暑熱・寒冷・多湿の屋内作業場における温湿度調節の措置（606条）
 - 暑熱・寒冷・多湿の屋内作業場における作業環境測定（607条）
 - 溶融炉等のある屋内作業場における保護措置（608条）
 - 加熱された炉の修理における保護措置（609条）
 - 坑内における保護措置と気温の測定（611・612条）
- 唯一、下記の条文は「全ての暑熱作業場」が対象となっていました
 - 多量の発汗を伴う作業場における塩・飲料水を備えること（617条）

この部分は
昭和22年当時から
ほとんど変更なし

昭和22年制定時から内容が変わっておらず、最近多発している建設業等の夏季屋外作業場等に対応できていませんでした（617条を除く）

⇒ 実際の対策は通達ベースであり、熱中症を防止するための抜本的対策が急務となりました

厚生労働省における熱中症対策の強化の動き

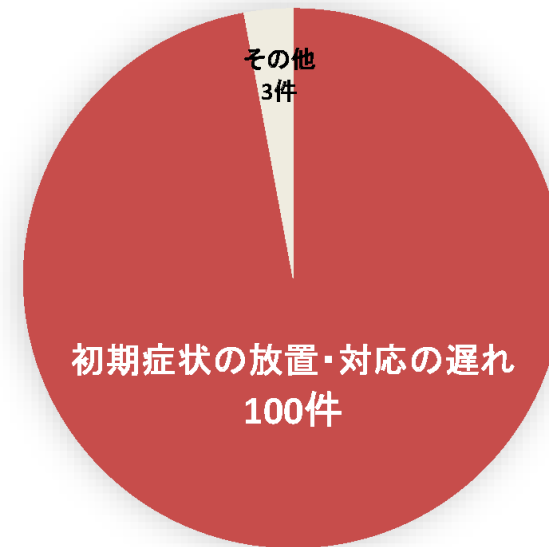
(R7.1.27, 第174回 労働政策審議会 安全衛生分科会)

熱中症による死亡災害の多発を踏まえた対策の強化について

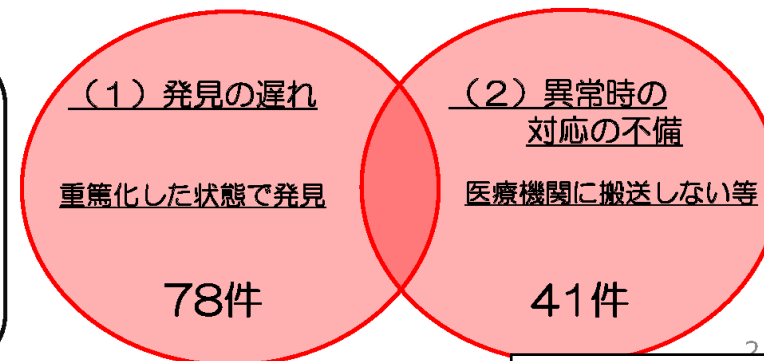
職場における熱中症による死亡災害の傾向

- 死亡災害が2年連続で30人を超え、令和6年もそれを上回るペースで発生
- 熱中症は死亡災害に至る割合が他の災害の約5～6倍
- 死亡者の約7割は屋外作業であるため、気候変動の影響により更なる増加の懸念
- **ほとんどが「初期症状の放置・対応の遅れ」**

熱中症死亡災害（R2-R5）の分析結果



100件の内容は以下のとおり



早急に求められる対策

「熱中症対策基本要綱」や「クールワークキャンペーン実施要領」で実施を求めている事項、現場で効果を上げている対策を参考に、**現場において、死亡に至らせない（重篤化させない）ための適切な対策の実施**が必要

労働安全衛生規則の改正

(令和7年4月15日改正, 6月1日施行)

今回追加された条文

(熱中症を生ずるおそれのある作業)

第六百十二条の二 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、**あらかじめ**、当該作業に従事する作業従事者が**熱中症の自覚症状を有する場合**又は当該作業に従事する作業従事者に**熱中症が生じた疑いがあることを**当該作業に従事する他の作業従事者が発見した場合にその旨の**報告をさせる体制を整備し**、当該作業に従事する作業従事者に対し、**当該体制を周知**させなければならない。

2 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、**あらかじめ**、作業場ごとに、**当該作業からの離脱、身体のコ却、必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせることその他熱中症の症状の悪化を防止するために必要な措置の内容及びその実施に関する手順**を定め、当該作業に従事する作業従事者に対し、**当該措置の内容及びその実施に関する手順を周知**させなければならない。

基本的な考え方



現場における対応

熱中症のおそれがある労働者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、以下の「体制整備」、「手順作成」、「関係者への周知」が事業者には義務付けられます。

1

「熱中症の自覚症状がある作業員」や「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」がその旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

※報告を受けるだけでなく、職場巡視やパディ制の採用、ウェアラブルデバイス等の活用や双方向での定期連絡などにより、熱中症の症状がある作業員を積極的に把握するように努めましょう。

2

熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ的確な判断が可能となるよう、

- ① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
- ② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順(フロー図①②を参考例として)の作成及び関係作業員への周知

対象となるのは

**「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時間を超えて実施」が見込まれる作業**

※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応を推奨する。

※なお、同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講ずることとする。

出典：厚生労働省リーフレット

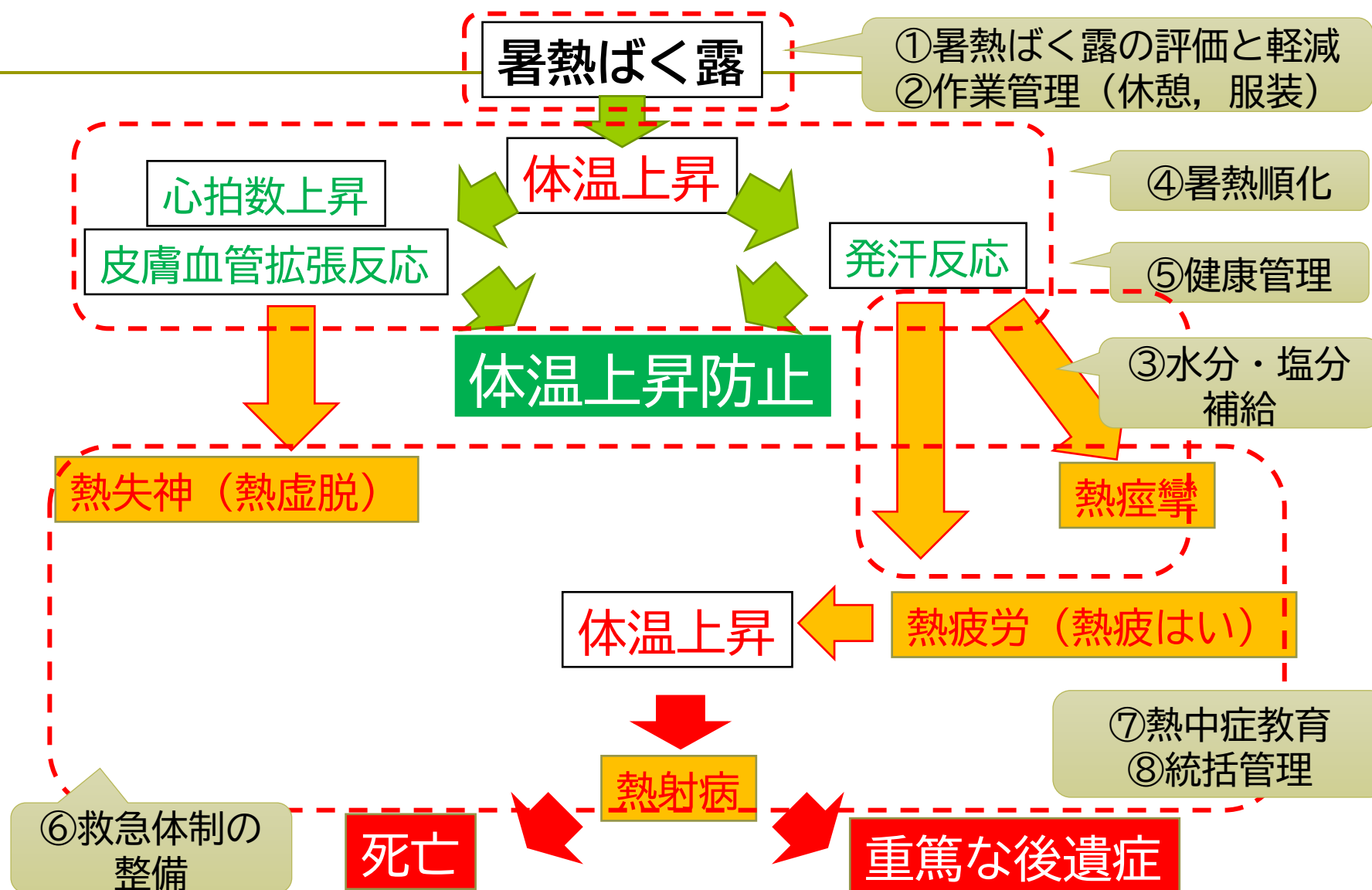
今回の改正（規制強化）で重要なこと

- 「暑熱作業を有するすべての事業者」に「罰則付き義務化」が課せられたこと
 - 規模，業種を問わず，「全ての事業者」です
- 雇用関係にない「一人親方」「ギグワーカー」等も対象となったこと
 - 労働安全衛生法22条は「労働者」ではなく「事業者」に対策を義務付けています
 - 「建設アスベスト訴訟」において，一人親方等も保護すべきとの判断が示されたことによるものです
 - 熱中症に限らず全ての有害作業にて，同様の変更がなされています

4. 労働現場における熱中症防止対策

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

熱中症のメカニズムからみた対策



熱中症対策のために必要なこと①

① 暑熱ばく露の評価と軽減

WBGTによる測定・評価と、それに基づく環境改善

WBGTによる測定・評価



WBGT (暑さ指数) を測定し、リスクを評価

代謝率区分と暑熱順化の有無による基準値 (WBGT:°C)

作業のきつさ	順化あり	順化なし
安静	33	32
低代謝率	30	29
中程度代謝率	28	26
高代謝率	26	23
極高代謝率	25	20

※基準値を超えるおそれのある場合は、作業時間の短縮、休憩時間の確保、水分・塩分の摂取、作業場所の変更等の対策を行いましょう。

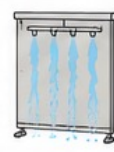
それに基づく環境改善 (例)



送風・換気



日よけの設置



ミスト・散水



冷房設備の導入



遮熱・緑化

② 作業管理 (休憩、服装)

※有効な休憩所の整備を含む

休憩の確保



作業の強度やWBGTに応じてこまめに休憩を！



- ✓ WBGTが高いときは、休憩時間の確保・頻度の増加や作業時間の短縮を！

有効な休憩所の整備



- ✓ 冷房・換気がある
- ✓ 直射日光を避けられる
- ✓ 清潔で快適
- ✓ 十分な広さ
- ✓ 水分・塩分を補給できる環境

服装の工夫



通気性・透湿性のよい素材



帽子やネックカバーで直射日光を防ぐ



必要に応じて送風機能付きウェアの活用



③ 水分・塩分の定期的な摂取

のどが渇く前に、こまめに補給！



摂取のポイント

- ✓ のどが渇いてからでなく、定期的に摂取
- ✓ 大量に汗をかいたときは、塩分も一緒に
- ✓ 水分・塩分を補給しやすい環境を整備 (飲料・塩飴・経口補水液などを備える)



スポーツドリンク



塩飴・タブレット



経口補水液

熱中症対策のために必要なこと②

④ 暑熱順化

体を暑さに慣らして、
熱中症に強い体づくりを！

無理のない範囲で、計画的に！

7～14日かけて、徐々に暑い環境に
体を慣らしていきます。

日常生活の中で暑熱順化を行う例

ウォーキング・散歩



少し汗ばむ程度の運動を
無理のない時間で行う

入浴（湯船につかる）



ぬるめのお湯に
10～15分程度つかる

家事・掃除



掃除や洗濯などで
体を動かし、汗をかく

通勤・買い物などの外出



日中の外出時に歩く機会を
つくり、暑さに慣れる

ポイント

- ✓ こまめに水分・塩分をとる
- ✓ 体調が悪いときは無理をしない
- ✓ 継続することが大切



⑤ 健康管理（既往症の管理、体調管理）

日頃の健康管理が、熱中症予防の第一歩！

既往症の管理

- ✓ 高血圧、糖尿病、心疾患などの持病は、
医師の指導のもと適切に管理しましょう。
- ✓ 持病によっては熱中症リスクが高まります。
主治医と産業医に相談しましょう。



体調管理

- ✓ 睡眠不足、二日酔い、朝食抜きは危険！
- ✓ 作業前に体調を確認（体調チェック表の活用）
- ✓ 少しでも不調を感じたら、早めに報告・相談を



発熱・下痢など



睡眠不足



めまい・頭痛



いつもと違うと
感じたら要注意！

⑥ 早期発見

「あれ？」と思ったら、すぐに声をかけよう！

周囲が気づくサイン（例）

- ✓ 顔が赤い・ほてっている
- ✓ 大量の汗、または汗が出ていない
- ✓ めまい・立ちくらみ
- ✓ 頭痛・吐き気
- ✓ だるそう・元気がない
- ✓ ふらつき・ろれつが回らない



早めの気づき・声かけが、重症化を防ぎます！

- ① すぐに作業を中断させる
- ② 涼しい場所に移動・休憩
- ③ 水分・塩分を補給
- ④ 改善しない場合は医療機関へ



熱中症対策のために必要なこと③

⑦ 救急体制の整備

いざという時に、迅速・適切に対応できる体制を！

事前の準備

- ✓ 救急連絡体制・役割分担の明確化
- ✓ 緊急連絡先（119・医療機関・管理者）の共有
- ✓ 応急処置用品の設置・点検
(例:冷却材、経口補水液、塩分補給用タブレットなど)
- ✓ 運搬手段の確保（車両・担架など）



発生時の対応の流れ

- 1 発見・報告
- 2 応急処置
(冷却・水分補給)
- 3 連絡
(119・管理者)
- 4 医療機関へ搬送



応急処置のポイント

- 涼しい場所へ移動させ、衣服をゆるめて体を冷やす
- 水分・塩分を補給する(意識がある場合)
- 自力で水が飲めない、意識がない、症状が重い場合はすぐに119番通報し、医療機関へ搬送する

⑧ 熱中症教育

知識と意識を高め、行動につなげる！

教育のポイント

- ✓ 熱中症の症状・原因・予防策
- ✓ WBGTの見方と活用方法
- ✓ 作業管理・水分補給・休憩の重要性
- ✓ 早期発見のポイントと声かけの方法
- ✓ 応急処置と救急連絡体制

WBGT (暑さ指数) の目安		
作業のきつさ	順化あり	順化なし
安静	33	32
低代謝率	30	29
中程度代謝率	28	26
高代謝率	26	23
極高代謝率	25	20

実施方法(例)



こんな工夫も効果的！

- ✓ 事例やヒヤリ・ハットを共有する
- ✓ クイズや体験で理解を深める
- ✓ 新人・季節ごとに繰り返し教育を行う



★ 全員が理解し、実践できることが大切です！

⑨ 統括管理

組織全体で取り組み、継続的に改善！

衛生委員会等を活用した協議・周知



- ✓ 衛生委員会等を活用し、労働者の理解と協力を得つつ労使で話し合う。
- ✓ 話し合った内容を労働者に周知する。

各種管理者等の選任と役割の明確化



- ✓ 衛生管理者等を中心に、熱中症防止対策を検討する。
- ✓ 必要に応じて、熱中症予防管理者などの役割を定める。
- ✓ 役割と責任を明確にし、関係者で共有する。

作業計画・作業環境の策定



- ✓ WBGTの測定結果や作業の特性を踏まえ、作業計画（作業時間・休憩・作業強度の調整等）を策定する。
- ✓ 設備の改善、休憩場所の整備、服装の見直しなど、作業環境の改善を進める。

報告体制の整備および手順の作成・周知



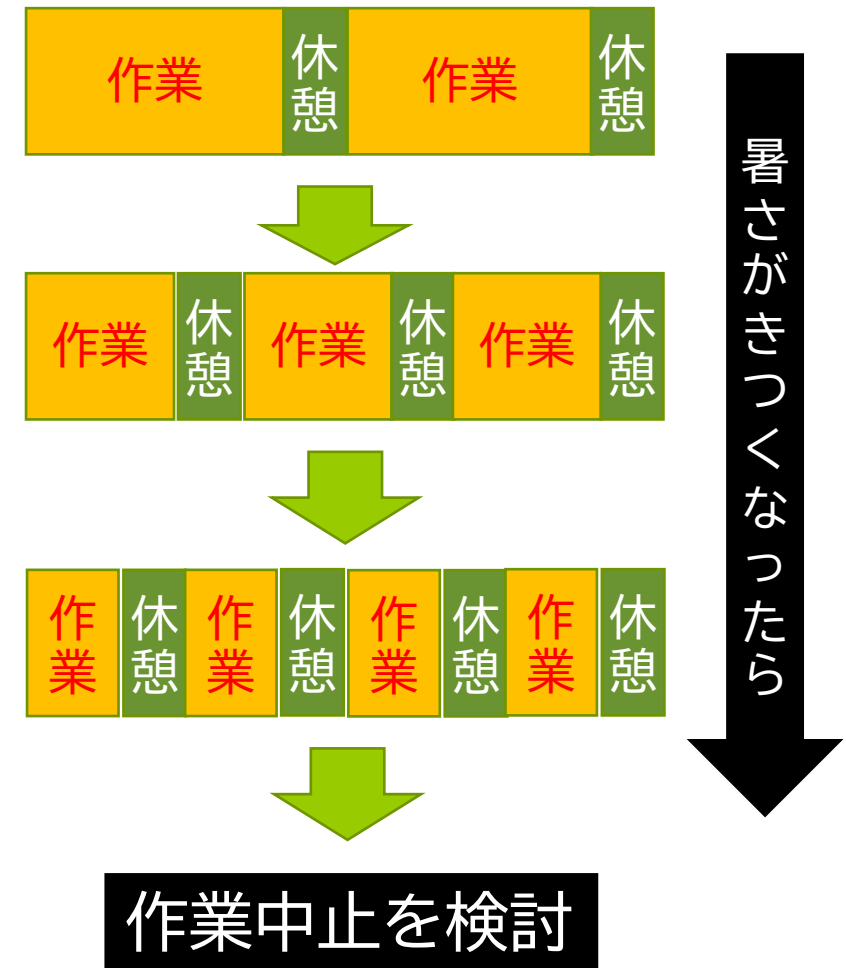
- ✓ 熱中症の発生状況やヒヤリ・ハット事例を収集する体制を整備する。
- ✓ 報告手順や対応手順を作成し、関係者に周知する。
- ✓ 報告内容をもとに対策を見直し、再発防止につなげる。

※ イラストの作成に生成AIを用いていますが、発表者の指示に基づいて作成したものであり、内容については発表者が責任を負います。

熱中症を防止する上で特に重要なこと

①しっかりと休憩を取る

- 暑さがきついときには、休憩を多めに取るようにしましょう。
- あまりにも暑いときには作業中止も検討しましょう。
- 休憩場所がどこにあるか、作業開始時に確認しておきましょう。
- 休憩するときは、少しでも涼しい場所で休憩しましょう
 - できれば冷房のきいたところ、それが無理なら日陰の風通しの良いところ



熱中症を防止する上で特に重要なこと

②有効な休憩所の設置

熱中症防止に必要な対策として「休憩所の整備」が非常に重要

暑熱環境の評価と軽減

休憩回数・時間の増加
作業時間の短縮

水分・塩分の摂取

暑熱順化
(暑さに慣れる)

休憩所
の
整備

健康管理

救急体制の整備

熱中症教育

統括管理
(組織としての対策)

- ・ 休憩所がきちんと整備できていないと、せっかく休憩しても体を冷やすことができません。
- ・ 体調が悪くなったときに休む場所がなければ、救急搬送しても助からない可能性があります。

熱中症を防止する上で特に重要なこと

②有効な休憩所の設置



熱中症を防止する上で特に重要なこと

③水分・塩分の定期的な摂取

- 熱中症を防ぐためには、「定期的に水と塩分をとること」が必要です。
 - 汗を多量にかいているときは、水だけ、塩分だけでは不十分です。水分と塩分を両方とりましょう。
 - 汗をかいていないとき、汗をあまりかいていないときは、水だけで十分です。
 - のどが渴いてから、のどをうるおすだけでは全く足りません。
 - 一時間にペットボトル1本以上が目安です。
 - 定期的に、意識的にとるよう心がけましょう。
 - 熱中症かな？ と思ったら、すぐに水分・塩分をとってください。



熱中症を防止する上で特に重要なこと

④無理しない・無理させない

- 少しでもおかしいと思ったら、無理をせずに休むことが重要です。
- 下記のような症状が出たら、すぐに涼しいところで横になり、水分・塩分を摂りましょう。
 - めまい，立ちくらみ，手足がつる，こむら返り
- 下記のような症状が出たら、躊躇なく救急車を呼んでもらってください。
 - 頭痛，吐き気，嘔吐，意識障害，高体温
 - 救急車が来るまでの間，体温を下げる努力をしてください。
- 作業開始前に，「休憩場所」と，「体調が悪くなったときの連絡先」を確認しておきましょう。



5. 芸術・芸能の職場における 熱中症対策を考える

- 熱中症とは？
- 熱中症の発生状況
- 厚生労働省における熱中症対策と、
法令改正による規制強化
- 労働現場における熱中症防止対策
- 芸術・芸能の職場における熱中症対策を考える

芸能の現場での熱中症対策

- 芸能の現場であっても，行ふべき熱中症対策は他の業種と変わりません
- しかしながら，他の業種（建設業，製造業等）と異なり，芸能特有の「特殊性」が存在します
 - 衣装の特殊性（暑熱負荷が高い衣服がある）
 - スケジュールが優先されることが多々ある（冬用の撮影を夏に撮影することもある）
 - 代役の困難さ，本番を止められない等の事情により，我慢しがち
 - 多様な年齢層の混在と，変則的な労働時間
 - 働き方が多種多様（個人事業主，業務委託 etc.）
- どのような対策が可能か，どのような対策が求められるのかを考え，行動に移す必要があります

暑熱ばく露の評価について (芸能分野に置き換えて考えてみましょう)

□ WBGT指数計の準備と測定

- 黒球付き測定器による測定
- 測定結果の周知
- 測定できない場合は、環境省の公表値を活用

□ WBGTを用いた暑熱環境の評価

- WBGT基準値表により評価
- 衣服による影響を加味すること
- 基準値を超えていた場合、何らかの対策が必要



	順化あり	順化なし
安静	33	32
低代謝率	30	29
中程度代謝率	28	26
高代謝率	26	23
極高代謝率	25	20

WBGTによる暑熱リスクの評価 （一般的な作業用）

衣服補正值を加えたWBGT値が
この値を超えている場合



熱中症発症リスクが高くなると
言われている、
「**深部体温38℃以上**」になる
可能性あり



何らかの対策が必要

出典：ISO 7243（JIS Z 8504），厚労省通達

これを芸能作業に当てはめたらどうなるか？

区分	身体作業強度（代謝率レベル）の例	WBGT 基準値	
		暑熱順化者の WBGT 基準値 ℃	暑熱非順化者の WBGT 基準値 ℃
0 安静	安静、楽な座位	33	32
1 低代謝率	軽い手作業(書く、タイピング、描く、縫う、簿記)；手及び腕の作業(小さいベンチツール、点検、組立て又は軽い材料の区分け)；腕及び脚の作業(通常の状態での乗り物の運転、フットスイッチ及びペダル操作)。 立位でドリル作業(小さい部品)；フライス盤(小さい部品)；コイル巻き；小さい電機子巻き；小さい力で駆動する機械；2.5 km/h 以下での平たん(坦)な場所での歩き。 	30	29
2 中程度代謝率	継続的な手及び腕の作業〔くぎ(釘)打ち、盛土〕；腕及び脚の作業(トラックのオフロード運転、トラクター及び建設車両)；腕と胴体の作業(空気圧ハンマーでの作業、トラクター組立て、しっくい塗り、中くらいの重さの材料を断続的に持つ作業、草むしり、除草、果物及び野菜の収穫)；軽量な荷車及び手押し車を押したり引いたりする；2.5 km/h～5.5 km/h での平たんな場所での歩き；鍛造 	28	26
3 高代謝率	強度の腕及び胴体の作業；重量物の運搬；ショベル作業；ハンマー作業；のこぎり作業；硬い木へのかんな掛け又はのみ作業；草刈り；掘る；5.5 km/h～7 km/h での平たんな場所での歩き。 重量物の荷車及び手押し車を押したり引いたりする；鋳物を削る；コンクリートブロックを積む。 	26	23
4 極高代謝率	最大速度の速さでのとても激しい活動；おの(斧)を振るう；激しくシャベルを使ったり掘ったりする；階段を昇る；平たんな場所で行く；7km/h 以上で平たんな場所を歩く。 	25	20

区分	身体作業強度（代謝率レベル）の例	WBGT 基準値	
		暑熱順化者の WBGT 基準値 ℃	暑熱非順化者の WBGT 基準値 ℃
0 安静	安静、楽な座位	33	32
1 低代謝率	（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
2 中程度代謝率	（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
3 高代謝率	（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
4 極高代謝率	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ズ，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

WBGTによる暑熱リスクの評価 （芸能分野における 一作業・動作の当てはめ）

衣服補正値を加えたWBGT値が
この値を超えている場合



熱中症発症リスクが高くなると
言われている，
「**深部体温38℃以上**」になる
可能性あり



何らかの対策が必要

出典：ISO 7243（JIS Z 8504），厚労省通達を元に
芸能分野における作業の負荷を推定して当てはめ

※各作業の負荷についてはあくまでも推定です

衣服による暑熱負荷の評価 (WBGTへの衣服補正)

衣服	WBGT補正值
作業服	0
つなぎ服	0
単層のSMS不織布製のつなぎ服	0
単層のポリオレフィン不織布製つなぎ服	2
織物の衣服を二重に着用した場合	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	4
フードなしの単層の不透湿つなぎ服	10
フード付きの単層の不透湿つなぎ服	11
服の上に着たフードなし不透湿のつなぎ服	12
フードがある場合の加算	+1

測定されたWBGT値に、衣服による補正值を加算した値で評価する。

出典：ISO 7243 (JIS Z 8504)，厚労省通達

これを芸能作業に当てはめたらどうなるか？

- 熱中症リスクは、透湿性の高い素材の衣服では低く、透湿性の低い素材の衣服では高くなる。

- 着用する衣服によっては、熱中症リスクが高くなる点に注意。



熱中症防止のための服装

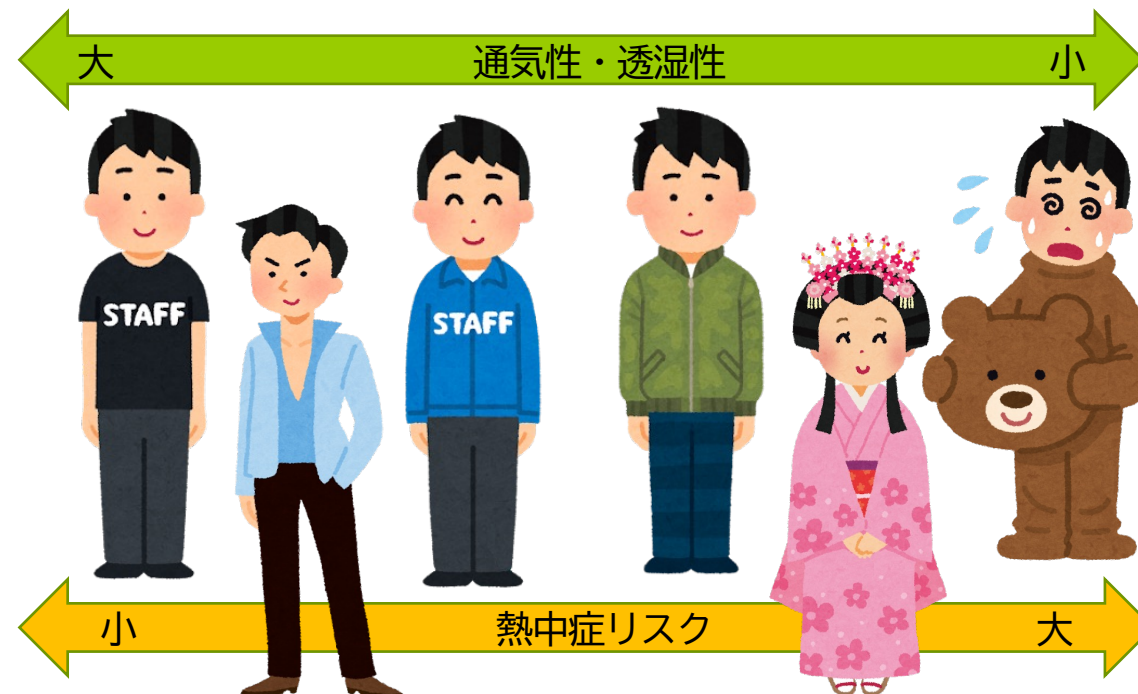
衣服	WBGT補正值
作業服	0
つなぎ服	0
単層のSMS不織布製のつなぎ服	0
単層のポリオレフィン不織布製のつなぎ服	2
織物の衣服を二重に着用した場合	3
つなぎ服の上に長袖ロング丈の不透湿性エプロンを着用した場合	4
フードなしの単層の不透湿つなぎ服	10
フード付きの単層の不透湿つなぎ服	11
服の上に着たフードなし不透湿のつなぎ服	12
フードがある場合の加算	+1

測定されたWBGT値に、衣服による補正值を加算した値で評価する。

出典：ISO 7243 (JIS Z 8504)，厚労省通達

- 熱中症リスクは、透湿性の高い素材の衣服では低く、透湿性の低い素材の衣服では高くなる。

- 着用する衣服によっては、熱中症リスクが高くなる点に注意。



2026/8/5のNHK「クローズアップ現代」 でお伝えしたこと

NHK総合 8/5 (水) 19:32~20:45

クローズアップ現代「“酷暑”のニッポン 命と暮らしを守るには」



- 個々の熱中症対策商品の効果を過信することは危うい
- (こうした対策に) 効果があることは間違いないが、ファン付き作業服を着ていても熱中症になってしまう可能性がある。高音になると熱風が吹き込むだけになって逆効果になってしまうこともある。
- 「これをすれば大丈夫」といった決定的なものがないのが現状。必要なのは出来る対策は逃さずやる。全体的なリスクを減らしていくしかない。
- WBGT値(暑さ指数)が基準値よりも高くなったらどのくらい休むのかをきちんと決めて、ルール通り運用していく、強制的に一定時間で休んでもらう、そういったところで予防的に熱中症を発症しない状況にしていくことが一番大事である。

熱中症防止のための服装の選び方と ファン付き作業服について

- 可能な範囲で通気性の良い、涼しい服装を選びましょう。
 - 服装によっては熱中症のリスクが高くなるものもあります。
 - 芸能現場では、演出の都合で暑熱負荷の高いものを着用せざるを得ない場合もあります。そのような場合は休憩時間を多く取るなど、他の対策を確実に実施してください。
- ファン付き作業服など、有効性が確かな防暑服を用いるのも効果的です。
 - ファン付き作業服を着ていれば熱中症が防止できるわけではありません。
 - ある程度の効果があることは確かですが、熱中症発症に関係する深部体温を下げるほどの効果はありません
 - 着ているからといって無理するのは禁物です。
 - 芸能現場では、着用できる人や場所が限定される可能性があります。



芸能従事者のための熱中症防止対策（東京都助成事業）

[🏠 Top](#) / 芸能従事者のための熱中症防止対策（東京都助成事業）

近年の猛暑により、芸能の現場でも熱中症対策の重要性が高まっています。2025年6月1日施行の労働安全衛生規則改正も踏まえ、日本芸能従事者協会では芸能分野の実態に即した熱中症対策ガイドラインを作成しました。以下よりご覧ください。

📖 目次

- ① [熱中症防止対策の義務化](#)
- ② [熱中症防止対策ガイドライン](#)
(①基礎編 ②撮影編 ③舞台編 ④人を守る対象別ポイント集 ⑤熱中症リスク評価 ⑥法的解説 ⑦アニメ制作編)
- ③ [熱中症防止対策セミナーアーカイブ動画](#)
- ④ [＼熱中症になりたくない／予防のためのチェックリスト](#)
- ⑤ [もしもの時のための「労災保険」](#)

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

これから求められる 熱中症対策

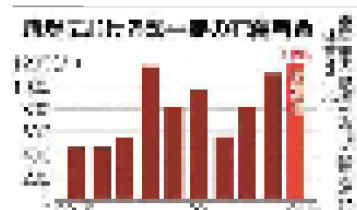
- 夏場のロケ等は熱中症リスクが高く、熱中症対策が必須
- 夏の間ロケを行わない現場も出てきている
- 個人での対応では限界がある
- 今後は、発注者側、制作者側が熱中症対策について真剣に考えていく必要がある

大河 夏場ロケ原則せず

「時代に合うドラマ作りを」



来年放送の「豊臣兄弟!」 熱中症対策



暑さで労災国が対策強化

厚生労働省は、暑さによる労災の発生が深刻化しているとして、対策強化を呼びかけている。特に、屋外作業や長時間労働に携わる職種では、熱中症のリスクが高いため、適切な対策が求められる。また、労働者の健康状態の把握や、作業環境の改善も重要な対策の一つとされている。

大河ドラマ制作現場では、夏場のロケを原則とせず、涼しい時期に撮影を行うことが一般的である。これは、俳優やスタッフの健康を第一と考えるためであり、熱中症対策が必須であるという認識が現場に浸透している。また、最新の熱中症対策グッズや、涼しい撮影環境の確保も、制作側の責任とされている。

芸能の現場での熱中症を防止するために必要と思われること

- 無理をしない，無理をさせない現場
- 体調が悪い時にすぐに言える環境
- 発注者側，制作者側も含め，熱中症に対する知識を得る
- 休憩場所（体を休め，冷やせる場所）の確保
- 暑さに応じて，休憩をきちんと取る
- 水分・塩分を定期的にきちんと取る
- 単独作業を避け，お互いに調子を確認しながら作業する
- 暑さに慣れておく（暑熱順化）
- 体調管理には気をつける

労働者・従事者側ではどうにもならない点が多く，実施が困難な現場も多いが，各自が「**できることを確実に行う**」ことが最も重要。
発注者側，業界全体の意識改善が必要。

まとめ

- ❑ 熱中症はやるべき対策を確実に行之、熱中症を発症したとしてもきちんと対処すれば、発症または重症化を防止できます
- ❑ 求められている対策をきちんとすることが重要です
- ❑ 芸能現場はその特殊性から、熱中症対策として出来ることが限定される可能性があります
- ❑ そのような場合は、「出来ることを確実にすること」が最重要です
- ❑ スタッフや出演者側に出来ることには限界がありますので、発注者側は熱中症対策に留意してください
- ❑ まずは現場での熱中症対策がどうなっているのか、休憩所はどこにあるのか等、確認しましょう

ご清聴ありがとうございました

今後も暑い夏は続くと思いますが、
皆の力で熱中症を防止していきましょう！



JNIOSH

National Institute of Occupational Safety and Health, Japan