

地区本部長・支部長 各位
賛助会員 各位

(公社)日本中国料理協会
会長 脇屋友詞
(公印省略)

職場における熱中症に関する注意喚起について（行政情報の提供）

平素より当会の運営に御理解・御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、例年どおり厚労省において、「職場における熱中症予防基本対策要綱」に基づき、基本的な熱中症対策を講ずるよう呼びかけがなされております。このことを踏まえ、日中協として会員、賛助会員の皆様に下記により熱中症に関する注意を呼び掛けるものです。各地区本部長様、支部長様におかれましては、本資料をもとに会員様へのお知らせ・注意喚起をよろしくお願いいたします。

なお、職場における熱中症対策、助成金の詳細につきましては、厚生労働省HPをご覧ください。か、当会へお問い合わせくださいますようお願いいたします。

記

1 熱中症とは

高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまくはたらかなくなり、体内に熱がこもった状態をいいます。熱中症は屋外だけではなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもありますので、十分な注意が必要です。

2 熱中症対策のポイント

厚生労働省の「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」をもとに、日中協において（別添1）のとおり、「日中協 調理現場における熱中症対策のポイント」を作成しましたので、会員様へお知らせください。

熱中症は、別添1 P3表のとおり、WBGT値（気温と相対湿度の関係で決まる暑さ指数）が高くなると発症可能性が高くなるもので、表中の濃い赤色の領域は職場環境が危険な状態になっていることを示しています。

3 事業主の責務

労働安全衛生規則が改正され、（別添2）のとおり事業主に次のことが義務付けられました（令和7年6月1日から適用）。

（1）熱中症の自覚症状のある従業者等」や「熱中症のおそれがある従業者等を見つ

けた者がその旨を報告するための「体制整備」及び「関係者への周知」を行うこと。

(2) 熱中症のおそれがある従業者等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の作成及び関係作業員への周知をすること。

4 助成金

職場に高年齢労働者（労災保険が適用されている 60 歳以上の方）が在籍され、その方の熱中症予防対策を講ずる事業主向けに「エイジフレンドリー補助金」（職場環境改善コース）（別添 3）があります（機器等の導入、工事の施工等に要する経費の 1/2 を補助）。

なお、助成金の申請には一定の要件を満たすことが必要です。

日中協 調理現場における熱中症対策のポイント

WBGT値と気温、相対湿度との関係

		相对湿度(%)																	
		20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
気温(℃)(乾球温度)	40	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	
	39	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	
	38	28	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	
	37	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	
	36	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	39	39	
	35	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	38	
	34	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	37	
	33	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	32	33	34	35	35	36	
	32	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	31	32	33	34	34	35	
	31	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	33	34	
	30	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	29	30	31	32	32	33	
	29	21	21	22	23	24	24	25	26	26	27	28	29	29	30	31	31	32	
	28	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	
	27	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	29	29	30	
	26	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	
	25	18	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	
	24	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	
	23	16	17	17	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26	
22	15	16	17	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25		
21	15	15	16	16	17	17	18	19	19	20	20	21	21	22	23	23	24		
WBGT値		注 意 25℃未満					警 戒 25℃～28℃					厳重警戒 28℃～31℃					危 険 31℃以上		

(ここで、28℃～31℃は、28℃以上31℃未満の意味)

(日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針」Ver.1 2008.4 から)

※ 危険・厳重警戒などの分類は、日常生活上での基準であって、労働の場における熱中症予防の基準には当てはまらないことに注意が必要です。

熱中症は、WBGT値（気温と湿度の関係で決まる暑さ指数）が高くなると発症リスクが高くなるものです。表中濃い赤色が危険領域となります。

1. 熱中症の原因と発生しやすい職場の条件

蒸し暑い環境

- 高温多湿で無風の屋外作業
- 空調設備のない屋内での作業
- 工作機械等が密集している工場内
- 炎天下・照り返しのある場所

身体負担の高い作業

- 身体全体の筋力を使う作業
- 長時間にわたる作業
- 自己判断で休憩が取れない作業
- 飲料を摂取しづらい作業

体調が良くない

- 二日酔い
- 寝不足
- 下痢（脱水状態）
- 持病（糖尿病・心臓病等）

休憩場所がない

管理体制に不備

予防対策グッズ未使用

熱中症

体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節ができなくなり、身体の機能が損なわれる

2. 暑さ指数（WBGT）

Wet Bulb Globe Temperature（湿球黒球温度）

暑さ指数（WBGT）は、熱中症を予防することを目的とした指標
作業場所における暑さ指数が、基準値を超えるおそれがある場合には
熱中症になる可能性が高くなるので対策を講じる

暑さ指数を確認する

熱中症予防情報サイトで確認できる



熱中症
予防情報サイト



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

暑さ指数を測定する

WBGT指数計で自分の職場で測定できる



詳しくはこちら



<https://necc.yusho.mhlw.go.jp/img/D4.pdf>

3

熱中症の見分け方と応急手当

あれっ、何かおかしい 手足がつる 立ちくらみ・めまい 吐き気 汗のかき方がおかしい 汗が止まらない／汗がでない	 これも初期症状 何となく体調が悪い すぐに疲れる	あの人、ちょっとヘン イライラしている フラフラしている 呼びかけに反応しない ボーッとしている
---	---	---

 いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え
 専門知識がないと、熱中症が判断できない

救急車が到着するまで
すぐに119番 作業着を脱がせ 水をかけ全身を **急速冷却**



(注)「水かけ」は、アスリートの世界では一般的な手当です（水道水散布法）。

4

予防には『暑熱順化』

暑熱モード **ON** 暑さに慣れるまでは、十分に休憩をとる
2週間ほどかけて、徐々に身体を慣らす

- 熱中症は、気温が高くない時期でも発生
- 暑さに慣れると、早く汗が出るようになり、体温の上昇を食い止められる
- 暑くなる前に身体を熱中症対応モードにして、暑さに強い身体を作る

特に気をつける必要がある人

 入職したての人  作業初日は 身体への負担が大きい	 長期休暇あけの人  数日間でも 暑い作業から離れると 慣れの効果はなくなる
---	---

5 調理現場の状況・対策

熱源がある

⚠ 周辺も暑くなる

対策

遮熱板で仕切る

水分
塩分
p37
-38

休憩
p44

予防対策
グッズ
p45



調理場

⚠ エアコンが効かず、輻射熱で体温上昇

対策

通気性の良いコックコート着用

グリスフィルターの清掃

水分
塩分
p37
-38

休憩
p44

予防対策
グッズ
p45



通気性の良いコックコート着用



グリスフィルターの清掃



グリスフィルターが汚れていると
うまく排気できず厨房内の温度が上昇する

①前日のチェック	☒ 仕事前日の飲酒は控えめに
	☒ ぐっすり眠る
	☒ 熱中症警戒アラートの確認
②仕事前のチェック	☒ よく眠れたか
	☒ 食事をしたか
	☒ 体調は良いか
	☒ 二日酔いしていないか
	☒ 熱中症警戒アラートの確認
③工作中的チェック	☒ 単独作業を避け、声をかけ合う
	☒ 監督者は現場パトロール
	☒ 水分・塩分の補給
	☒ こまめに休憩

（資料出所）厚生労働省「熱中症ガイド」より 抜粋

(参考)

厚生労働省「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」リーフレット

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン



厚生労働省、都道府県労働局及び労働基準監督署における熱中症予防対策を徹底するため、労働災害防止団体などと連携し、5月から9月まで、「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」を実施しています。

詳しくはこちら▶



多言語リーフレット(PDF) 二次元コードよりご確認ください



日本語



英語



中国語(簡体字)



韓国語



タガログ語



インドネシア語



ベトナム語

※日本語の他に英語、中国語、韓国語、タガログ語、インドネシア語、ベトナム語のリーフレットがあります。

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の作成及び関係作業員への周知

※参考となるフロー図を2つ掲載していますが、これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。

※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、上記に準じた対応が推奨されます。

※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、上記対応を講じることとします。

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

「令和7年度エイジフレンドリー補助金」のご案内

- 高齢労働者の労働災害防止のための設備改善や専門家による指導を受けるための経費の一部を補助します。
- 高齢労働者の雇用状況や対策・取組の計画を審査の上、効果が期待できるものについて、補助金を交付します。全ての申請者に補助金が交付されるものではありません。

補助金申請受付期間 令和7年5月15日～令和7年10月31日

【注意】予算額に達した場合は、受付期間の途中でであっても申請受付を終了することがあります

安全衛生対策コース名		補 助 対 象	対象事業者
I 総合対策コース ・補助率 4 / 5 ・上限額 100万円(消費税を除く) ➡ 詳細は 3 ページ		・労働安全衛生の専門家によるリスクアセスメントに要する経費 ・リスクアセスメント結果を踏まえた、優先順位の高い労働災害防止対策に要する経費(機器等の導入、工事の施工等)	・中小企業事業者(詳しくは5ページ) ・1年以上事業を実施していること ・役員を除き、自社の労災保険適用の高齢労働者(60歳以上)が常時1名以上就労していること ・高齢労働者が対策を行う作業に就いていること
II 職場環境改善コース ・補助率 1 / 2 ・上限額 100万円(消費税を除く) ➡ 詳細は 3 ページ		・高齢労働者の身体機能の低下を補う設備・装置の導入その他の労働災害防止対策に要する経費(機器等の導入、工事の施工等)	・中小企業事業者(詳しくは5ページ) ・1年以上事業を実施していること ・役員を除き、自社の労災保険適用の労働者(年齢要件なし)が常時1名以上就労していること
熱中症予防対策プラン ➡ 詳細は 4 ページ		・熱中症の発症リスクの高い高齢労働者の熱中症予防対策に要する経費(機器の導入等)	
III 転倒防止・腰痛予防のための運動指導コース ・補助率 3 / 4 ・上限額 100万円(消費税を除く) ➡ 詳細は 4 ページ	転倒防止	・労働者の転倒災害防止のため、専門家による身体機能のチェック及び専門家による運動指導を受けるために要する経費(役員を除き、5人以上の自社の労災保険適用労働者に対する取組に限ります)	・中小企業事業者(詳しくは5ページ) ・1年以上事業を実施していること ・役員を除き、自社の労災保険適用の労働者(年齢要件なし)が常時1名以上就労していること
	腰痛予防	・労働者の腰痛災害の予防のため、専門家による身体機能のチェック及び専門家による運動指導を受けるために要する経費(役員を除き、5人以上の自社の労災保険適用労働者に対する取組に限ります)	
IV コラボヘルスコース ・補助率 3 / 4 ・上限額 30万円(消費税を除く) ➡ 詳細は 4～5 ページ		・事業所カルテや健康スコアリングレポートを活用したコラボヘルス等、労働者の健康保持増進のための取組に要する経費(役員を除き、自社の労災保険適用の労働者に対する取組に限ります)	

【注意事項】

- ・補助金の交付は1年度につき1回までです。また、過去に補助を受けている場合、同様の対策への補助は受けられません。
- ・複数コース併せての申請はできません。
- ・コースごとに予算額を定めています。
- ・その他、交付申請や実績報告・支払請求の注意事項は2ページ5～6ページや、厚生労働省ウェブサイトをご確認ください。

この補助金は、(一社)日本労働安全衛生コンサルタント会(以下「コンサルタント会」という。)が補助事業の実施事業者(補助事業者)となり、中小企業事業者からの申請を受けて審査等を行い、補助金の交付決定と支払を実施します。



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



一般社団法人 日本労働安全衛生コンサルタント会

職場環境改善コース（熱中症予防対策プラン）

【対象：60歳以上の労働者】

60歳以上の高年齢労働者が安全に働けるよう、暑熱な環境による熱中症予防対策として身体機能の低下を補う装置（機器等の導入・工事の施工等）の導入に要する経費を補助対象とします

補助対象

- ◆ 屋外作業等における体温を下げるための機能のある服や、スポットクーラー等、その他労働者の体表面の冷却を行うために必要な機器の導入

- ◆ 屋外作業等における効率的に身体冷却を行うために必要な機器の導入

→屋外作業等とは、屋外もしくは、労働安全衛生規則第606条の温湿度調整を行ってもなお室温31℃又は湿球黒球温度(WBGT) 28℃を超える屋内作業場での作業をいいます。

（温湿度調整を行っても、室温31℃又は湿球黒球温度(WBGT)28℃を下回らないことを説明いただく必要があります。

例えば、炉があるため空間全体での温湿度調整ができない等の理由が考えられます）

【体表面の冷却を行うために必要な機器の具体例】

- ・ 体温を下げるための機能のある服や装備
- ・ 作業場又は休憩場所に設置する移動式のスポットクーラー
（熱排気を屋外等へ逃がすことができるもの、標準使用期間が5年以上のものに限る 等）

【効率的に身体冷却を行うために必要な機器の具体例】

- ・ アイススラリーを冷やすための専用の冷凍ストッカー
（-20℃程度のもの、最大は400Lまで）

※アイススラリー、スポーツドリンク、保冷剤等は対象となりません。

- ◆ 熱中症の初期症状等の体調の急変を把握できる小型携帯機器（ウェアラブルデバイス）による健康管理システムの導入

（使用者本人のみに通知があるものではなく、通信機能により集中的な管理ができる

機能を備えるもの。なお、ウェアラブルデバイスは熱中症に関する異常を感知することを目的とし、深部体温を推定できる機能を有するものに限る）

- ◆ 日本産業規格 JIS Z 8504 及び JIS B 7922 に適合した WBGT 指数計の導入（1事業者につき1点まで）



Ⅲ 転倒防止・腰痛予防のための運動指導コース

【対象：全ての労働者】

- 労働者の身体機能低下による転倒災害や腰痛災害（行動災害）を防止するため、専門家（※）による身体機能のチェック及び専門家による運動指導に要する経費を補助します（役員を除き、5人以上の自社の労災保険適用労働者に対する取組に限ります）

※ 専門家とは・・・理学療法士、健康運動指導士、等

補助対象となる取組



- ① 専門家を事業場に招き、対象労働者に対する身体機能のチェック評価を受ける



- ② 専門家が、①の結果に基づき、対象労働者に対して運動指導（対面指導）を実施する



- ③ ②の効果の確認のため、専門家による対象労働者の身体機能の改善等のチェックを受ける。

※注意事項※

- ・ 転倒防止、腰痛予防について、それぞれ申請様式が違います。また、①の指定チェック項目も違いますので様式等をご確認ください。
- ・ 補助対象となる取組について、左記の①～③をすべて実施していただく必要があります。
- ・ ①や②を複数回実施する場合も補助対象となります。（例えば、①を1回実施後、②を3回実施し、最後に③をした場合、全ての取組が補助対象となります。）
- ・ ①～③の実施について、安全性を確保するため、専門家との対面による実施に限ります（オンライン開催不可）。
- ・ 物品の購入（動画の作成を含む）は認められません。
- ・ 支払請求書類等を提出いただく際は、交付申請のとおり実施した証明として、実施状況がわかる写真や身体機能のチェック結果の写し（10名分）を提出していただきますので、実施の際は記録やそれらの記録の紛失が無いように、ご注意ください。

Ⅳ コラボヘルスコース

【対象：全ての労働者】

事業主健診情報が保険者に提供されていることが補助の前提です
コース内容は、次ページへ