

連載コラム「熱中症」

東 彰子（岐阜産業保健総合支援センター）

柿花 宏信（神戸学院大学総合リハビリテーション学部）

西尾 久英（神戸大学医学部公衆衛生学教室 名誉教授）

井奈波良一（岐阜産業保健総合支援センター）

第2章 データが示す猛暑時代と企業に 課された熱中症対策義務

概要

気象庁によると、2025 年夏(6~8 月)の日本の平均気温は、1991~2020 年の 30 年平均値より 2.36℃高く、統計開始以来、最も高い夏だったとされています。ここでは、熱中症患者に関する二つの統計を示します。消防庁の発表では、2025 年(5~9 月)の熱中症による救急搬送人員は 10 万 510 人でした。厚生労働省の統計でも、2025 年(1~12 月)に職場で熱中症となった人(死亡および休業 4 日以上の上業務上疾病に該当する者)は 1,803 人でした。いずれも統計開始以来、最多の数字です。このように熱中症が深刻な問題となってきたことを受けて、厚生労働省は 2025 年 6 月 1 日に労働安全衛生規則を改正しました。新しく設けられた条文では、暑さが厳しい作業について、作業前の体調確認や見守りの「体制」をつくり、具合が悪い人を早く見つけて報告し、応急処置や救急要請につなぐ「手順」などをあらかじめ定め、その内容と運用方法を関係作業者に「周知」することを、会社の義務として明確に位置づけています。

(1)そもそも熱中症はどんな病気でしょうか

夏になると、「熱中症に注意！」という言葉が、街にあふれます。「夏カゼに注意！」「食中毒に注意！」という言葉もよく耳にするのですが、「熱中症に注意！」という言葉ほど頻繁には聞きません。どの人もみんな気にしている、この季節の最大の健康問題は、やっぱり、熱中症です。では、一体、熱中症とはどんな病気でしょうか。

熱中症は、暑さによって体の調子をうまく保てなくなり、さまざまな不調が生じた状態の総称です。身体面の不調もあれば、精神面の不調や、自律神経の乱れとして現れることもあります。ただし、「ちょっと、しんどい」という程度の軽い熱中症もあれば、「意識がなくなった」というような深刻な重い熱中症もあります。

職場の熱中症について考えてみましょう。高温多湿の環境(暑くて、じめじめしている環

境)で作業を続けると、汗によって水分や塩分が失われ、体温調節や血液の流れが乱れて、体の中に熱がこもります(深部体温が上昇するのです)。その結果、めまい、頭痛、吐き気、つよい全身倦怠、こむら返りなどが起こり、病気が悪化すると意識がもうろうとし、生命の危険さえ生じます。こうした状態をひとまとめにして、熱中症と呼びます。[文献1]。

熱中症は、屋外作業だけでなく、工場内や倉庫、エアコンのないオフィスなど、職場のあらゆる場所で起こり得ます。ただし、作業環境の温度管理、休憩や水分・塩分補給のルールづくり、体調不良をすぐに申し出られる雰囲気づくりなどを進めることで、多くの熱中症は予防することができます[文献2]。

(2)熱中症患者は梅雨明けから一気に増加します

昨日(2026年7月8日)のテレビニュースによると、九州、中国、四国、近畿では、梅雨が明けたと報じられていました。岐阜県を含む東海地方の梅雨明けも、もうすぐですね。

日本の梅雨は、東アジアで起こる現象の一部です。韓国や北朝鮮、中国や台湾にも、はっきりとした梅雨の時期があります。梅雨を引き起こす「梅雨前線」は非常に長く、日本上空だけでなく、近隣の国々の上空にまでのびています[文献3]。

6月になると、オホーツク海には低温多湿のオホーツク海高気圧が発達します。一方、南側には高温多湿な太平洋高気圧が勢力を強めます。この二つの高気圧がぶつかって停滞前線ができ、これが梅雨前線となって梅雨が始まります。停滞前線は、暖かい空気と冷たい空気の勢力がほぼ同じため、前線自体があまり動きません。前線付近には厚い雲が広がり、ぐずついた天気は何週間も続きます[文献3]。

何週間か過ぎると、オホーツク海高気圧は次第に弱くなります。そして、梅雨が明けます。梅雨が明けたあとは太平洋高気圧が日本付近を覆い、日本では本格的な暑い夏が始まります。梅雨明けが宣言される日は、日本各地で異なります。九州地方の梅雨明けは早く、東北地方の梅雨明けは遅い傾向があります。

しかし、どの地域においても、熱中症の患者数は梅雨明けのころに突然増加します。梅雨明け後に徐々に増えるのではなく、ある時期を境に急に増加するのです。これは、暑さにまだ十分に慣れていない状態、すなわち暑熱順化(注1)が不十分な状態のところへ、突然に暑い夏が訪れるために生じる現象だと考えられます。

実際、川崎市のデータ(2013 年～2022 年)によれば、暑さに慣れた状態、すなわち暑熱順化が十分な状態になれば、川崎市における熱中症の発生率は次第に減る傾向が見られました(図1)[ウェザーニュース 救急搬送者数が急増 梅雨明け前後の熱中症に要注意 [https. //weathernews.jp/s/topics/202307/100255/](https://weathernews.jp/s/topics/202307/100255/)] 。

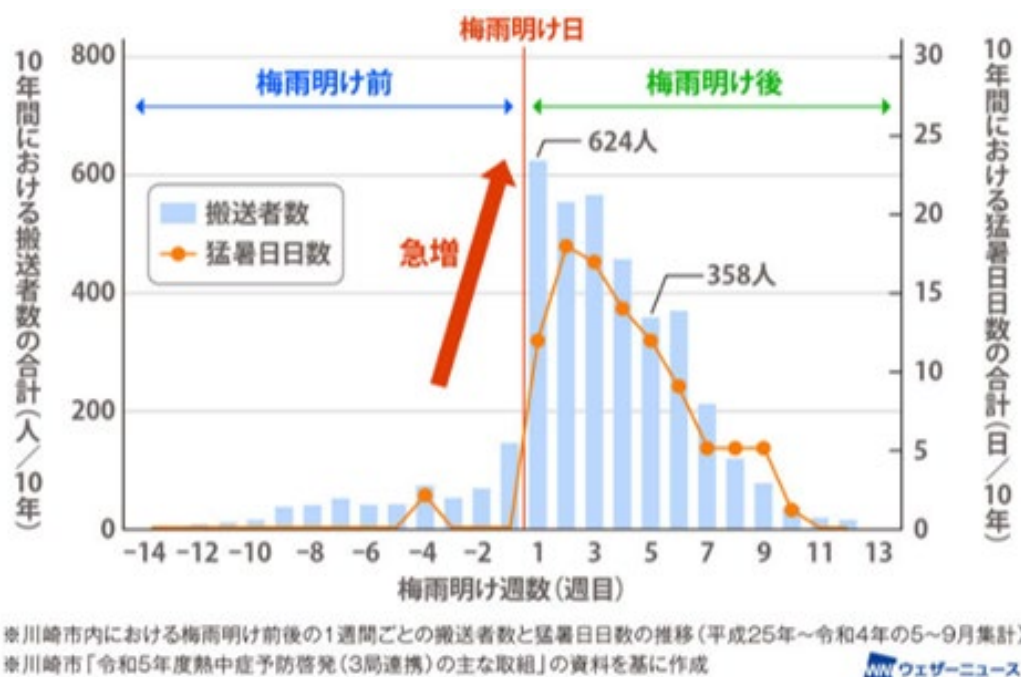


図1 梅雨明け前後の熱中症救急搬送者数

(3)消防庁のデータ.

2025 年の救急搬送人員数は、過去最高でした

総務省消防庁のまとめによると、2025 年 5 月から 9 月までに熱中症で救急搬送された人は全国で 10 万 510 人となり、統計開始後初めて 10 万人を超えて過去最多を記録しました[文献4]。年齢別に見ると、搬送された人のうち約 57%が 65 歳以上の高齢者でした[文献4]。これは、暑さに弱い高齢者が多いことを示しています。

しかし、いかに働き盛りの人であっても、夏には熱中症のリスクを常に考えておく必要があ

ります。暑さに対する体の調節機能は、年齢とともに少しずつ低下していくからです。また、炎天下の屋外作業だけでなく、蒸し暑い室内や通勤時の暑さでも、体調次第で熱中症は起こり得ます。自分たちは若者ではなく、むしろ高齢者に近づきつつあるのだという自覚を持つことが大切です。「自分はまだ若い」「これくらいの暑さなら平気だろう」と油断してはいけません。

(4)厚生労働省のデータ.

2025 年の職場における熱中症死傷者も、過去最多でした

厚生労働省の集計によると、2025 年に職場で発生した熱中症による死傷者数は、死亡と休業 4 日以上労働者を合わせて 1,803 人となり、統計開始以来の過去最多でした[文献5]。2024 年の死傷者数は 1,257 人でしたので、2025 年の死傷者数は前年比で約 4 割増となっています。

この数には、建設業や製造業など屋外や高温環境での作業に従事する人だけでなく、倉庫や事務所内など、一見それほど暑くなさそうに見える職場も含まれています。しかも、近年の気温上昇に加え、梅雨明け直後の急な暑さや、残暑の長期化などの影響で、熱中症災害は「特別な現場」だけの問題ではなくなっています。

働き盛りの世代も含め、誰もが異常気象の被災者になり得るとというのが現実です。若い人も含めた労働者全員が、そのリスクを抱えています。職場では、働く人の健康が守られなければなりません。それで、働く人一人ひとりに体調管理を任せっぱなしにするのではなく、職場（組織）として環境整備やルールづくりを進めることが、これまで以上に重要になっています。

(5)職場における熱中症対策の必要性が増しています

ここ数年、日本の夏は明らかに暑さの質が変わってきました。地球温暖化の影響で真夏日や熱帯夜が増え、夜になっても気温が下がらない日が続きます[文献6]。

その一方で、日本は世界でも類を見ない高齢社会に入り、建設や運輸などの現場でも、中高年から初期高齢者の働き手が当たり前になってきました。建設業就業者では、55 歳以上

が 35.3%、29 歳以下が 12.0%(2021 年)、運輸業就業者では、55 歳以上が 32.1%、29 歳以下が 11.9%(2021 年)と、高齢化が進行しています。[文献7]。

つまり、「暑さが厳しくなること」と「働き手の高齢化」が重なり合い、放っておくと職場での熱中症が増えやすい条件がそろってしまっているのです。厚生労働省が毎年「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施し、職場の熱中症対策を繰り返し呼びかけてきたのも、こうした大きな流れが背景にあります[文献8]。

(6)労働安全衛生規則が改正されて、熱中症対策が義務化されました

しかし、それでも職場の熱中症による死傷者数は高い水準が続いており、2024 年には 1,257 人と統計開始以来の過去最多を更新しました[文献9]。この状況を受けて、厚生労働省は「もう一段ギアを上げる必要がある」と判断し、2025 年 6 月 1 日に労働安全衛生規則を改正しました[文献10]。

改正法では、「WBGT 値(注2)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 時間を超えて実施が見込まれる作業」を対象に、「報告体制の整備」「必要な措置の実施手順の作成」「関係者への周知」が事業者には義務付けられました(労働安全衛生規則第 612 条の 2)。対象となる作業が発生する場合は、企業規模によらず、具体的な熱中症対策を講じなければなりません。

また、改正法には罰則規定が付いています。事業主が職場における熱中症対策を怠ったことにより法令に違反した場合には、6 か月以下の拘禁刑または 50 万円以下の罰金が科されます(労働安全衛生法第 119 条)。

厚生労働省の公表資料によると、2025 年の職場における熱中症による死傷者数全体は前年比で約 4 割増となり、統計開始以来最多でしたが、一方で死亡者数は前年比で約 4 割減とされています[文献5]。2024 年の死傷者数は 1,257 人、2025 年の死傷者数は 1,803 人でしたので、2025 年の死傷者数は前年比で約 4 割増となっています。しかし、2024 年の死亡者数は 31 人、2025 年の死亡者数は 19 人でしたので、2025 年の死亡者数は前年比で約 4 割減となっています。

「死傷者数は約 4 割増加」「死亡者数は約 4 割減少」という対照的な結果は、改正のねらいである重篤化防止が一定程度実を結んだことを示しているのかもしれませんが。いや、この改正法が、労働者の命を守るための「最後の一押し」になった可能性は十分にあります。

(7)これからの日本の職場の熱中症対策を考えましょう

改正法で新しく設けられた条文では、暑さが厳しい作業について、作業前の体調確認や見守りの「体制」をつくり、具合が悪い人を早く見つけて報告し、応急処置や救急要請につなぐ「手順」などを定め、その内容と運用方法を関係作業者に「周知」することを、会社の義務として明確に位置づけています。しかし、これらを十分に機能させるためには、現場の事情に合わせた工夫が欠かせません。具体的な方策は、各事業所に委ねられているからです。

先ほど述べた「死亡者数は約 4 割減少」についても、法改正だけの効果と断定することはできません。現場一人ひとりの工夫も、あわせて評価すべきだからです。今後は、法律で定められた対策と、現場一人ひとりの工夫が車の両輪となって、職場の熱中症予防に寄与していくものと思います。

さいごに、日本の夏は、これまで以上に長く、厳しいものになっています。熱中症は、個人の注意だけで防ぐには限界があります。だからこそ、職場として暑さを前提にした体制を整え、体調の変化に早く気づき、早く対応できる環境をつくることが大切です。毎年の夏を安全に乗り切るために、熱中症対策を職場全体の取り組みとして続けていきましょう。ご安全に。

<脚注>

注1:暑熱順化は、暑さに体が慣れていく変化で、数日～1 週間かけて進む適応反応です。

注2:WBGT 値は、作業環境の暑さを示す指標で、気温・湿度・ふく射熱をまとめた数値です。

参考文献

1. 総務省消防庁. 平成 30 年版 消防白書

https://www.fdma.go.jp/publication/hakusho/h30/topics10/38252.html?utm_source=openai

(2026 年7月 9 日閲覧)

2. 厚生労働省. 職場における熱中症の予防について

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei33/index.html?>

utm_source=openai

(2026 年7月 9 日閲覧)

3. 日本気象協会. 梅雨とは何か? https://weather-jwa.jp/news/topics/post12715?utm_source=openai

(2026 年7月 9 日閲覧)

4. 総務省消防庁. 令和 7 年(5 月～9 月)の熱中症による救急搬送状況. 2025 年 10 月 29 日公表.

https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/items/r7/heatstroke_nenpou_r7.pdf

(2026 年7月 9 日閲覧)

5. 厚生労働省. 2025 年(令和7年)職場における熱中症による死傷災害の発生状況(確定値)

https://www.mhlw.go.jp/content/11303000/001705092.pdf?utm_source=openai

(2026 年7月 9 日閲覧)

6. 気候変動監視レポート. https://www.data.jma.go.jp/cpdinfo/himr/himr_1-3.html

(2026 年7月 9 日閲覧)

7. 国土交通省. 令和 7 年版国土交通白書. 第 I 部 第 1 章 第 1 節「直面する課題」図表 I - 1-1-10 産業別就業者の年齢構成の推移. 2025.

<https://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/r06/hakusho/r07/html/n1111000.html>

(2026 年7月 9 日閲覧)

8. 三重労働局. 熱中症特設ページ

https://jsite.mhlw.go.jp/mie-roudoukyoku/stop_neccyusyo_mie.html

(2026 年7月 9 日閲覧)

9. 労働政策研究・研修機構. 職場における熱中症による死傷者数が 1,257 人となり過去最多に一厚生労働省が 2024 年「職場における熱中症による死傷災害の発生状況」(確定値)の結果を公表」

https://www.jil.go.jp/kokunai/blt/backnumber/2025/07/kokunai_01.html?utm_source=openai(2026 年7月 9 日閲覧)

10. 厚生労働省. 労働安全衛生規則の一部を改正する省令(熱中症予防対策の強化)[厚生労働省令第 57 号, 令和 7 年 4 月 15 日公布・同年 6 月 1 日施行]および同省労働基準局長通知「労働安全衛生規則の一部を改正する省令の施行等について」(基発 0520 第 6 号), 厚生労働省ホームページ(2026 年7月 9 日閲覧)