



熱中症対策 チェックリスト

2025年6月 義務化・罰則対応版
改正労働安全衛生規則



2025年6月施行 義務化・罰則・3つの新義務

改正労働安全衛生規則

罰則(2025年6月~)

懲役 6ヶ月以下
または
罰金 50万円以下

(個人)

法人も同額罰金
(両罰規定)

努力義務→法的義務に格上げ

義務対象の作業条件

①と②の両方を満たす場合に適用

① 暑熱環境

WBGT(暑さ指数)28℃以上
または 気温 31℃以上

② 作業時間

連続1時間を超える作業
または 1日合計4時間超

※業種・規模を問わず
上記条件を満たす全事業者が対象

3つの新義務(必須)

報告体制の整備

① 熱中症発生時の報告ルートを文書化し、
全作業員に周知する

悪化防止措置の準備

② 対処手順(涼しい場所・水分補給・救急要請基
準)を事前に定める

作業員への周知

③ ①②の内容を全作業員に教育・周知する(朝礼・
掲示等)

WBGT行動基準 と 作業前・中・後チェックリスト(★義務化項目)

危険

31℃以上

屋外作業は原則中止
WBGT 31以上

嚴重警戒

28~31℃

激しい運動は中止
WBGT 28~31

警戒

25~28℃

積極的に水分補給
WBGT 25~28

注意

25℃未満

こまめな水分補給
WBGT 25未満

作業前チェック

- WBGT・気温を確認した31℃以上で作業中止検討
水分・塩分を用意した 経口補水液・塩飴も可
報告体制を全員に周知した ★義務化
休憩場所(日陰・冷房)を確保 冷たい飲料を準備
熱中症対応者を指名した 応急処置できる人を配置

作業中チェック

- 20~30分ごとに水分補給し200ml以上・塩分も
顔色・発汗状態を確認した 発汗なし→危険サイン
体調不良者がいないか確認した 嘔吐を嚥呑みにしない
気温上昇時は休憩を増やした1~15時は特に注意
作業強度を落とす配慮をし 酷暑日は軽作業に切替

作業後チェック

- 対処手順の準備を確認した ★義務化
水分・食事をとった 食欲不振も要注意
翌日に向け体調を整えた 睡眠・入浴で回復
熱中症の疑いを記録した 軽症でも記録を残す
管理者へ報告した 異常があれば即報告

緊急時対応フロー と 水分補給の目安

①発見・確認

意識確認・呼びかけ
応答・動作を確認

②通報・呼集

119番通報
現場責任者へ連絡

③涼しい場所へ

日陰・冷房室へ移動
衣服をゆるめる

④冷却処置

首・脇・太もも冷却
冷水で体を拭く

⑤水分補給

意識あれば経口補水
塩分も合わせて

水分・塩分補給の目安

補給タイミング
1回の量
1日の目安
塩分補給

20~30分ごと・作業前後
200~250ml程度
作業量に応じ1~1.5L以上
0.1~0.2%食塩水または塩飴

義務化対応 今すぐやること

- WBGT計を現場に設置し毎日記録する
報告ルート(担当者・連絡先)を掲示する
初動対処手順を文書化する
全作業員への周知・教育を実施する