

令和版

STOP! 熱中症

～建設現場での熱中症の発生・重篤化を防ぐため～



目次

1. 熱中症対策の必要性

P3

- 熱中症とは
- 熱中症の発生状況（2020～2024年）
- 建設現場の熱中症

2. 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

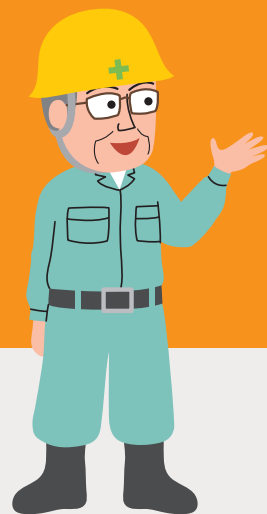
P6

- 暑さ指数による現場管理
- 現場環境・休憩場所などの施設等の充実
- 衣服などの備品類の充実
- 従業者の健康管理・安全教育
- 熱中症発生時の迅速な対応
- 建設業と警備業との連携

3. 参考資料

P14

- 職場における熱中症予防対策マニュアル
及び働く人の今すぐ使える熱中症ガイド
（厚生労働省）より抜粋
- 熱中症対策に関する近年の法令改正
- 直轄工事の熱中症対策への支援
- 熱中症に関連する法律や情報提供サイト



① 熱中症対策の必要性

● 熱中症とは

「熱中症」とは、高温多湿な場所で体調や、体温の調整機能の悪化により発症する障害の総称です。
症状は大きく**めまいや頭痛、意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温**など重症化すると死亡災害につながるおそれがあります。

！ 適切な対応と適切な措置が重要



熱中症の種類と症状

ねつしっしん
熱失神

比較的軽症

主な症状は、立ちくらみ・めまい、一時的な失神。

ねつ
熱けいれん

軽症

筋肉のこむら返りや筋肉痛等の症状

ねつひろう
熱疲労

中等症

脱水と循環不全が進行した結果、全身の倦怠感、脱力感、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢

につしゃびょう
日射病

重症型

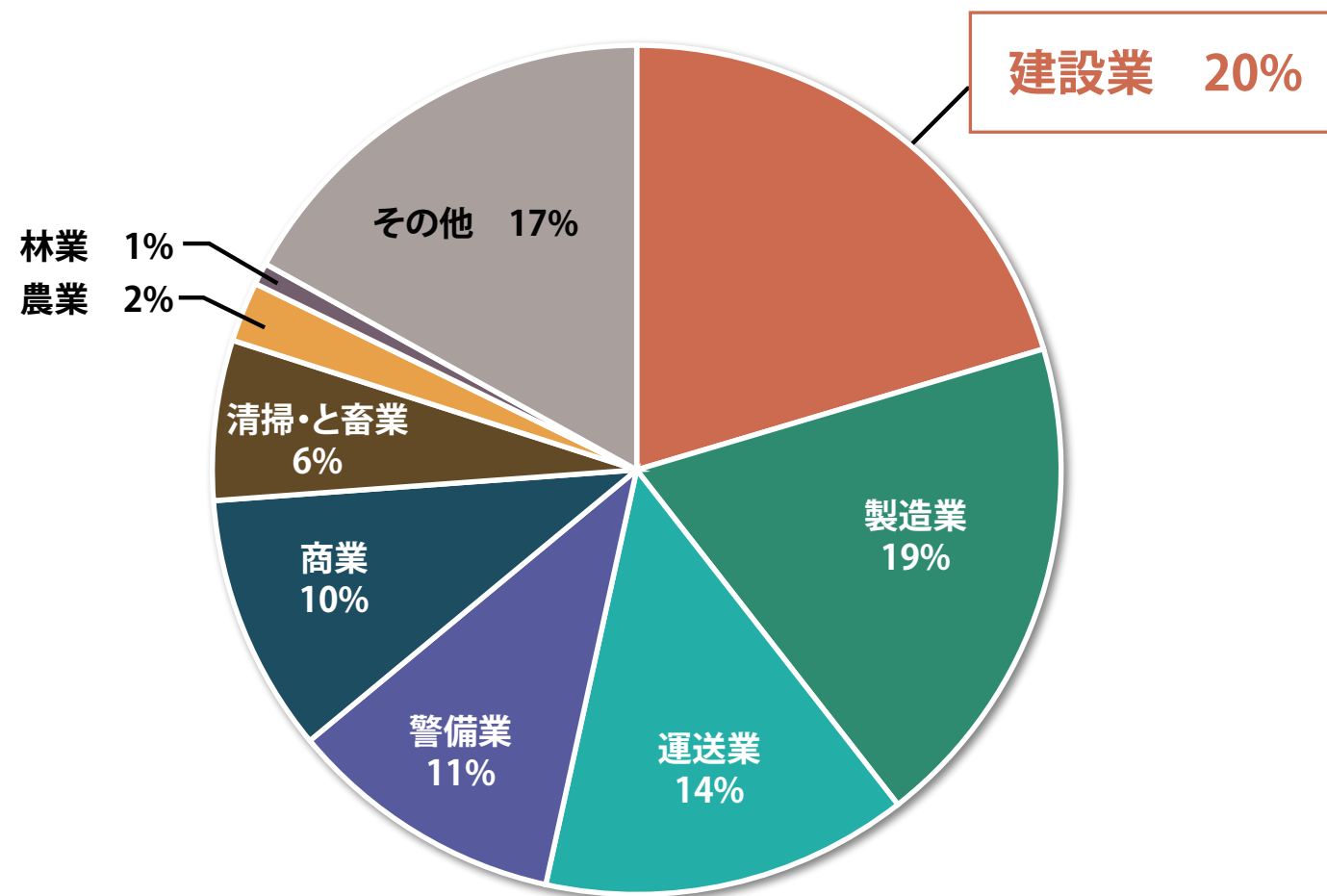
強い直射日光に長時間さらされることが原因で起こるものを指す。重症型であり、太陽光が主因となるものが日射病となる。

1 熱中症対策の必要性

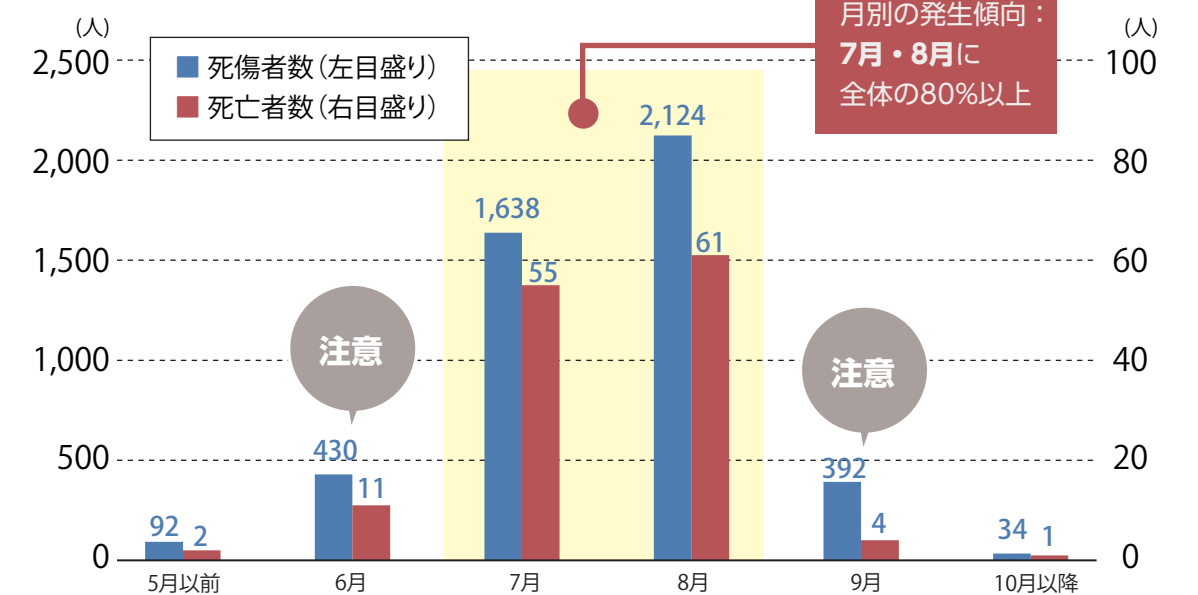
● 熱中症の発生状況（2020～2024年）

過去5年間（2020～2024年）の業種別の熱中症による死傷者は、建設業が最も多くなっています。発生月は7月～8月が全体の8割以上を占める一方、5月以前や10月以降でも発生しています。発生時間帯は日中を通して発生しており、朝・夕の時間においても注意が必要です。

熱中症による業種別死傷者数の割合（2020～2024年計）

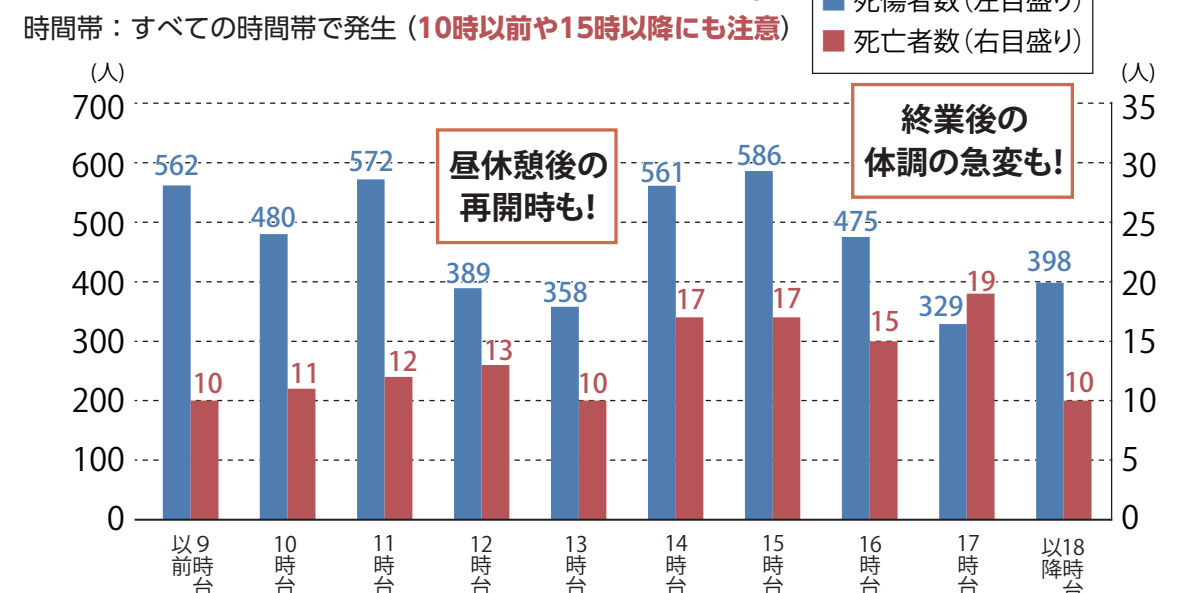


熱中症による月別死傷者数（2020～2024年計）



出典：厚生労働省 職場における熱中症による死傷者数の推移

熱中症による時間帯別死傷者数（2020～2024年計）



出典：厚生労働省 職場における熱中症による死傷者数の推移

1 熱中症対策の必要性

● 建設現場の熱中症

建設現場では、屋外の直射日光下以外にも、密閉された空間や重機・車両内でも発生しており、各所の作業環境を確認した上で、適切な対策を実施することが重要です。



屋外の直射日光下
(舗装工事・鉄筋作業など)



密閉された空間 (倉庫や建屋内等)



重機・車両内



高所作業 (足場・屋根上)



資材置き場・仮設事務所周辺

※イラストはイメージ

出典：厚生労働省 職場における熱中症による死傷災害の発生状況 (令和5年、令和6年)

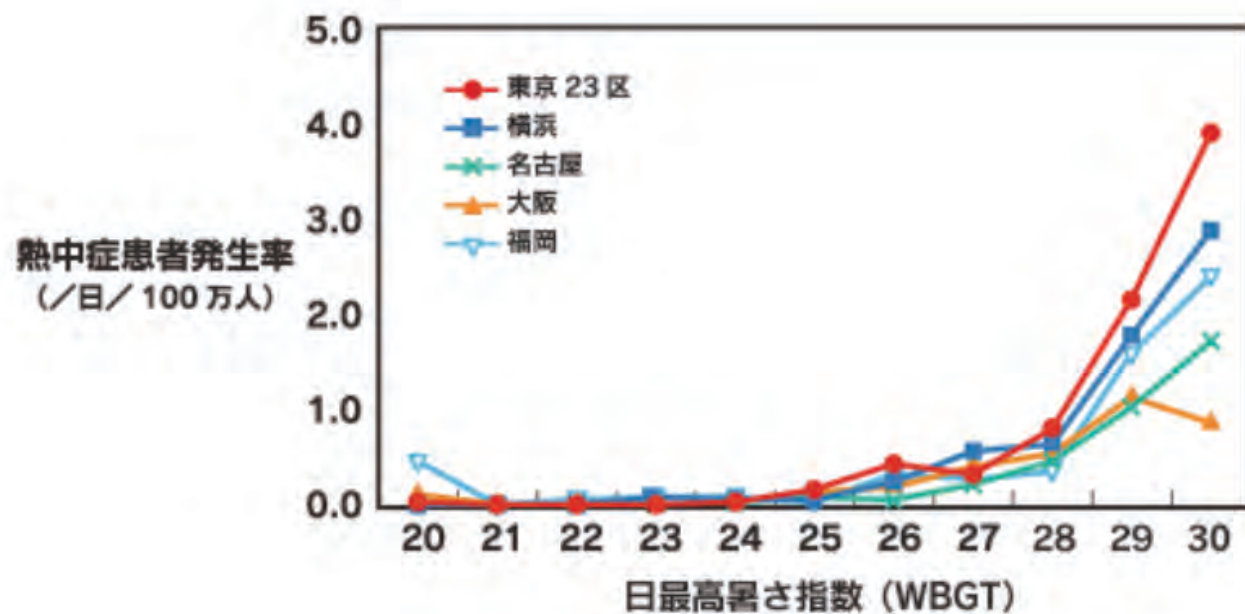


熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

● 暑さ指数による現場管理

【暑さ指数 WBGT (湿球黒球温度)】(Wet Bulb Globe Temperature) は、熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標です。単位は気温と同じ摂氏度 (°C) で示されますが、その値は気温とは異なります。暑さ指数が28以上になると熱中症患者が著しく増加するとのデータもあり、建設現場においては、暑さ指数を適切に確認しながら、作業時間や休憩管理を行うことが重要です。

【日最高WBGTと熱中症患者発生率の関係】



出典：環境省 熱中症予防サイト 平成17年の主要都市の救急搬送データ

【WBGTと熱中症予防運動指針】

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

出典：環境省 熱中症予防サイト

資料：(公財) 日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)

2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

【熱中症情報の入手】

熱中症の発生しやすい季節（6月から9月）においては積極的に熱中症情報入手し、対策を行うことが重要です。

- 気象庁は、全国の気温をリアルタイムで提供し、予測も行っています。特に高温が続く場合は、「高温注意情報」や「高温に関する気象情報」、「高温に関する異常天候早期警戒情報」で注意を呼びかけます。

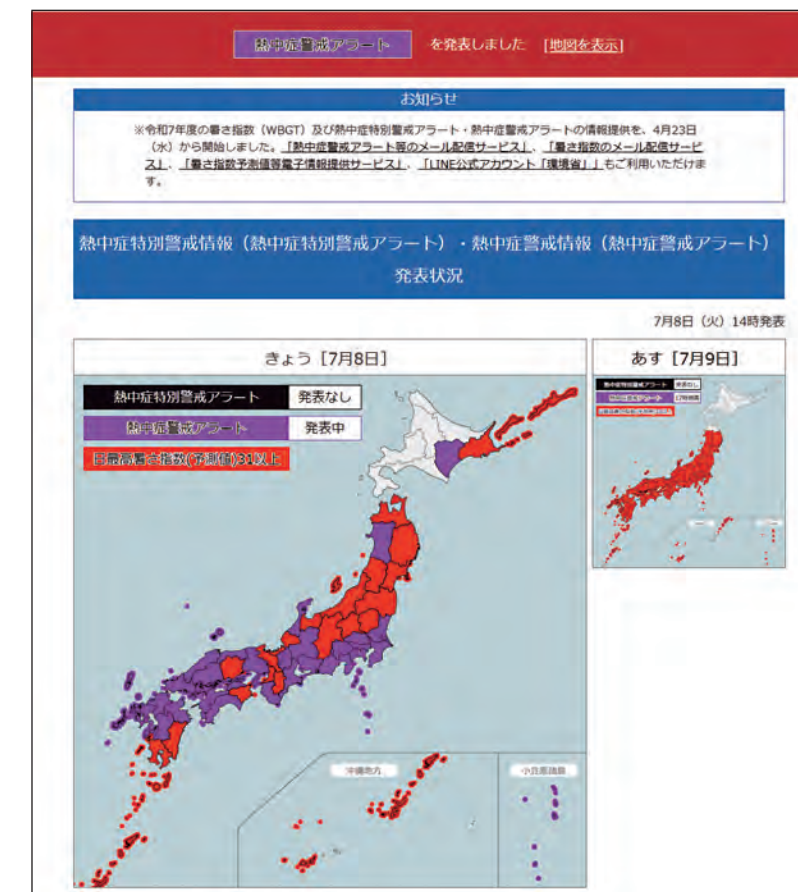
(<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>)

- 環境省は「熱中症予防情報サイト」で、全国約840地点のWBGT予測値を毎日公開しています。提供期間は5月中旬から10月中旬までで、当日・翌日・翌々日の3時間ごとの予測値が確認できます。

(<http://www.wbgt.env.go.jp/>)

The screenshot shows the JMA website with the following content:

- Header: 国土交通省 気象庁 Japan Meteorological Agency. Navigation links for Home, Disaster Information, Various Data/Information, Regional Information, Knowledge/Explanation, and Various Applications/Inquiries.
- Breadcrumb: ホーム > 知識・解説 > 熱中症から身を守るために
- Section: 熱中症から身を守るために
- List of links:
 - 熱中症に備えるための情報
 - 気温等の見通し
 - 気温の観測情報
 - 関連リンク
- Text: 気象庁は、日々の気温の観測や予報、気象情報の発表を通じて、国の熱中症対策の一翼を担っています。また、気象庁と環境省は共同で、気温が著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る被害が生ずるおそれがある場合に、「熱中症警戒アラート」を発表しています。本ページの各情報は、熱中症予防や電力需給対応等にご活用ください。
- Text: なお、熱中症は湿度が高い場合や日射が強い場合にリスクが高くなります。また、暑さに慣れていない（暑熱順化できていない）場合、熱中症になりやすいので注意が必要です。熱中症予防の行動や全国の暑さ指数(WBGT)については、[環境省熱中症予防情報サイト](#)等をご参照ください。

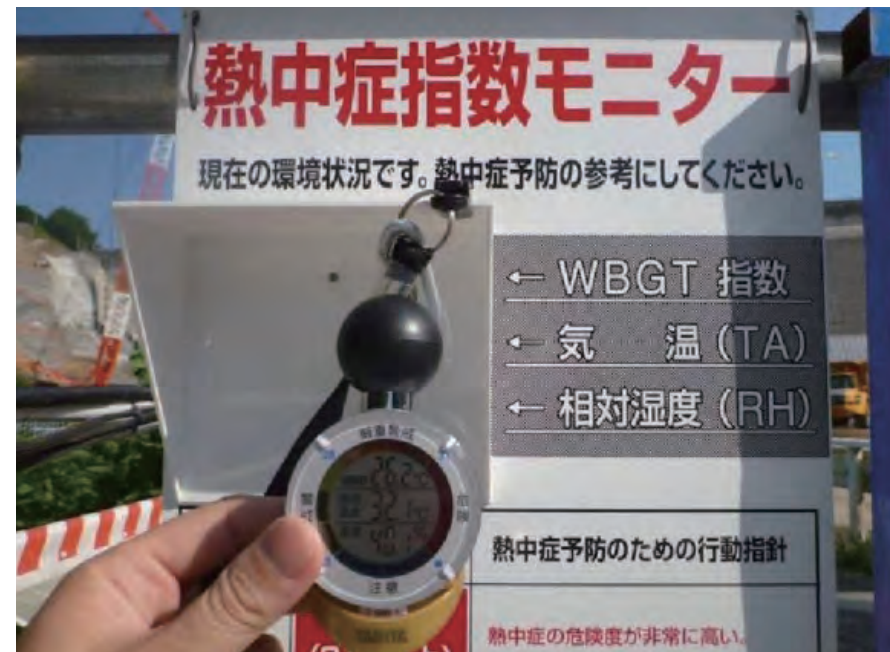


2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

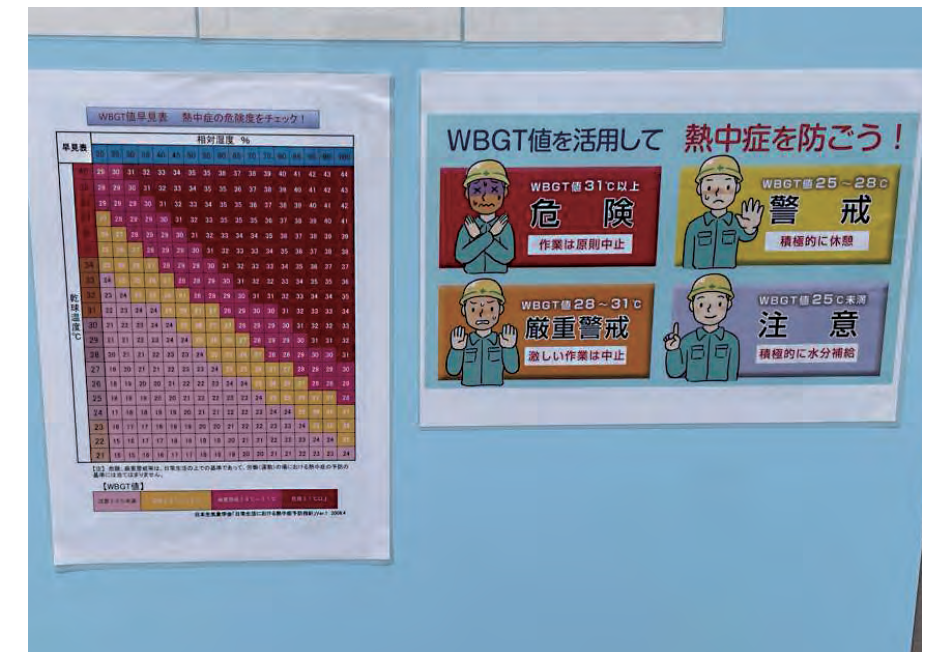
【建設現場でのWBGT値の確認】



携帯型熱中症計



作業箇所毎の熱中症計設置



WBGT値を用いた注意喚起

【最新技術 (IoT) の活用】

ウェアラブルデバイスを手首等に装着し温湿度などをクラウド上や事務所等にてモニタリングを行い、熱中症などの危険状態を察知し、本人や現場責任者などへ通知します。

労働災害が発生した場合も、発見・対応までの時間が短縮できます。これらの位置情報はGPSで確認ができます。



● 現場環境・休憩場所などの施設等の充実

【現場環境（屋外）の改善】

- ・ 大型扇風機、スポットクーラー、遮光ネットの設置やミスト、散水車等の活用
- ・ 熱中症対策用品が配備された現場（簡易）休憩所の設置
- ・ 車内休憩所の設置（現場で休憩所が確保できない場合の工夫）



大型扇風機



遮光ネット



ミスト



現場休憩所



簡易休憩所



車内休憩所

【休憩施設（屋内）の充実】

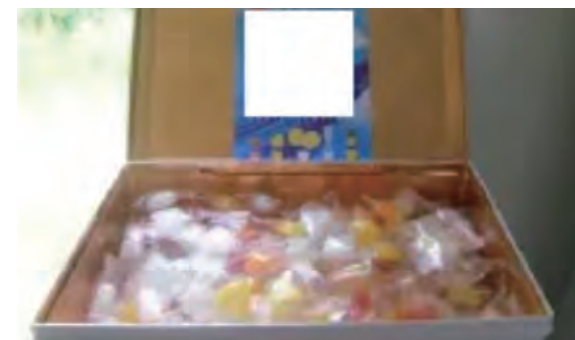
- ・ クーラー等の適度に身体を冷やせる設備の設置
- ・ 冷蔵庫、製氷機等の備品の設置
- ・ 熱中飴、梅干し、経口補水液等の塩分補給の常備



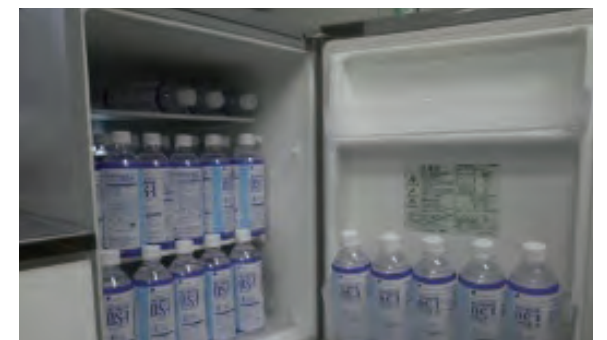
冷蔵庫



製氷機



熱中飴



経口補水液



熱中症対策キット



2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

● 衣服などの備品類の充実

【通気性のよい服装】

- ・メッシュ素材のビブスや、ファン付き作業服等の使用



ヘルメット（保冷剤入り日よけ、熱中症指数計）



首筋冷却ベルト、冷却スプレー



通気性のよいビブス



ファン付き作業服



2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

● 従業者の健康管理・安全教育

【日常の健康管理】

- ・ 熱中症チェックシートによる日々の体調管理
- ・ 声かけによる個人の状態確認
- ・ トイレ等への脱水症状チェック表の掲示

【安全教育】

- ・ 熱中症に対する安全教育の徹底
- ・ 朝礼時における熱中症対策グッズの確認
- ・ 現場巡視の強化（WBGT値のリアルタイム測定や水分摂取等）

熱中症に関する健康状態自己チェックシート

平成 年 月 日

作業所名
所属会社
天 候

朝礼時よりチェックし、当てはまる項目に **チェックマーク** 〇・△を 〇・△ を入れること。

以下の黄色・オレンジ色・赤色の色番号に当てはまる人は熱中症にかかりやすい人です。

区分	チェック項目	10時	12時	15時	終業時
新入社員・新入社員	1 年齢が65歳以上の人である。				
	2 既往疾患、慢性的な病状がある。(かかっている)				
	3 糖尿病、高血圧症にかかっている。(かかっている)				
	4 ふらつきがある。				
	5 嘔吐、腹痛の症状がある。				
	6 暑やがつの習慣がある。				
	7 最近、高温多湿作業場所に従事していない。(慣れ親しんだ)				
	8 これまで熱中症になったことがある。				
	9 チェック項目				
	10 睡眠不足である。				
新入社員・新入社員	11 風邪をひいて熱がある。				
	12 ここ2〜3日風邪をひいていた。				
	13 下痢をしている。				
	14 2日連続である。				
	15 朝食を食べなかった。				
	16 空腹時に水分・塩分を摂取できない。(予防的摂取必須)				
	17 今の体調は(20代前半、後半)？ 口乾 口平 口不				
	18 今の体調は(20代前半、後半)？ 口乾 口平 口不				
	19 チェック項目				
	20 特に関心なし				
新入社員・新入社員	21 めまい、立ちくらみがある。				
	22 汗をふいても、ふいても出てくる。(大量の発汗)				
	23 手足や体の一部がしびれる。(びびりや痺れを)				
	24 腰がズキンズキンと痛い。				
	25 吐き気がする。				
	26 体がだるい。				
	27 判断力・集中力が低下する。				
	28 まっすぐに歩けない。				
	29 意識が薄い。				
	30 体がぼんやりする。				
新入社員・新入社員	31 体温が高い。				
	32 呼吸が浅い。				
	33 チェック項目				
	34 特に関心なし				
	35 特に関心なし				
	36 特に関心なし				
	37 特に関心なし				
	38 特に関心なし				
	39 特に関心なし				
	40 特に関心なし				

備考 所内確認欄

この「チェックシート」は、作業員の方が各自で毎日の体調をチェックするためのものです。

・朝礼時、休憩時に体調をチェックして下さい。

・チェックで症状が認められる方は、すぐに隊長または社員に申し出て下さい。

・隊長は、各作業員の方のチェックシートを見て、早めに対応すること。

熱中症の疑いのある場合は、速やかに医師の診断を受けて下さい。

健康状態自己チェックシート



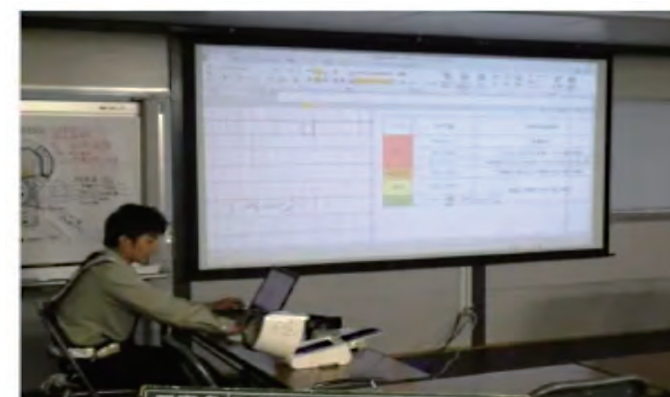
携帯型熱中症計を携行した巡視と注意喚起



熱中症対策グッズの確認

問題なし 普段通りに水分を取りましょう	
問題なし コップ1杯の水分を取りましょう	
1時間以内に250mlの水分を取りましょう 屋外あるいは発汗していれば、500mlの水分を取りましょう	
今すぐ250mlの水分を取りましょう 屋外あるいは発汗していれば、500mlの水分を取りましょう	
今すぐ1000mlの水分を取りましょう この色より濃い、あるいは赤/茶色が混じっていたら すぐ病院へ 行きましょう。	

尿による脱水症状チェック表



現場で熱中症に関する周知会を実施した事例

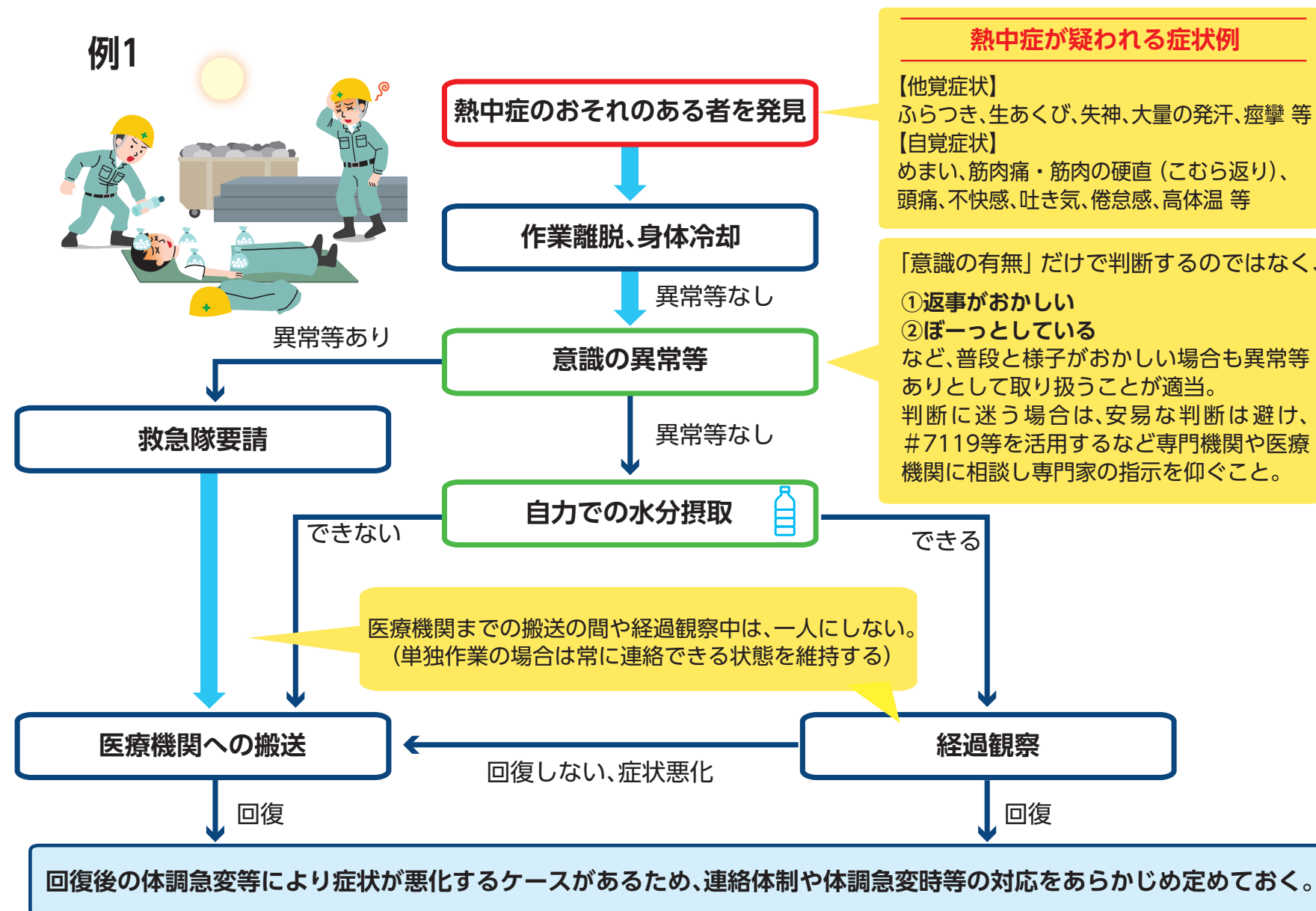
2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

● 熱中症発生時の迅速な対応

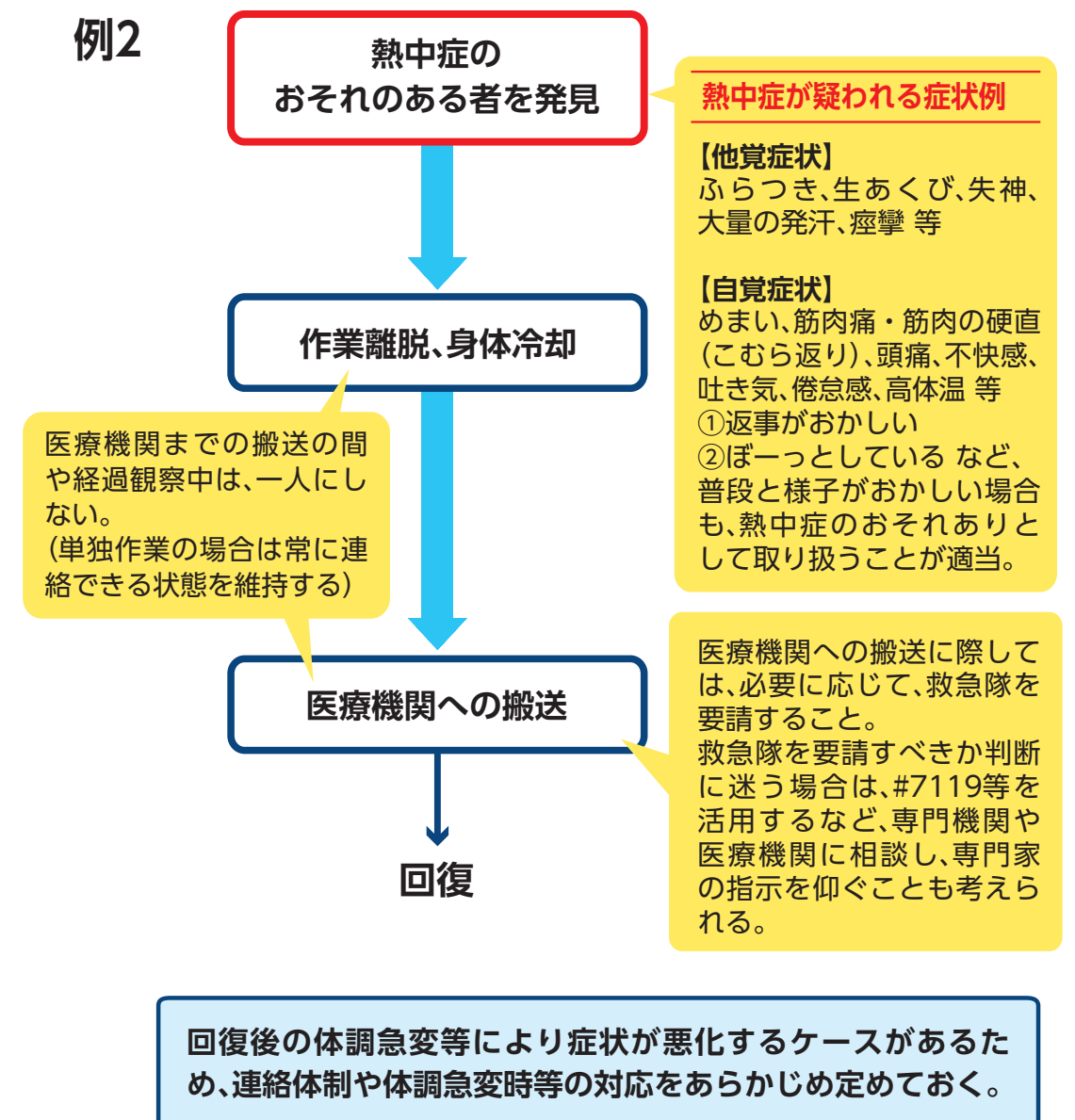
【熱中症の早期発見と適切な措置の準備】

- ・ 熱中症の生ずるおそれのある作業が行われる現場の「報告をさせる体制の整備」と周知 **(改正安衛則 (R7.6.1施行) 関連)**
- ・ 熱中症の生ずるおそれのある作業がおこなれる現場における「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およびその実施に関する手順等の作成」と周知 **(改正安衛則 (R7.6.1施行) 関連)**

熱中症のおそれのある者に対する必要な措置の内容および手順



例2



出典：厚生労働省 職場における熱中症対策の強化について

2 熱中症の発生・重篤化を防ぐ対策

● 建設業と警備業との連携

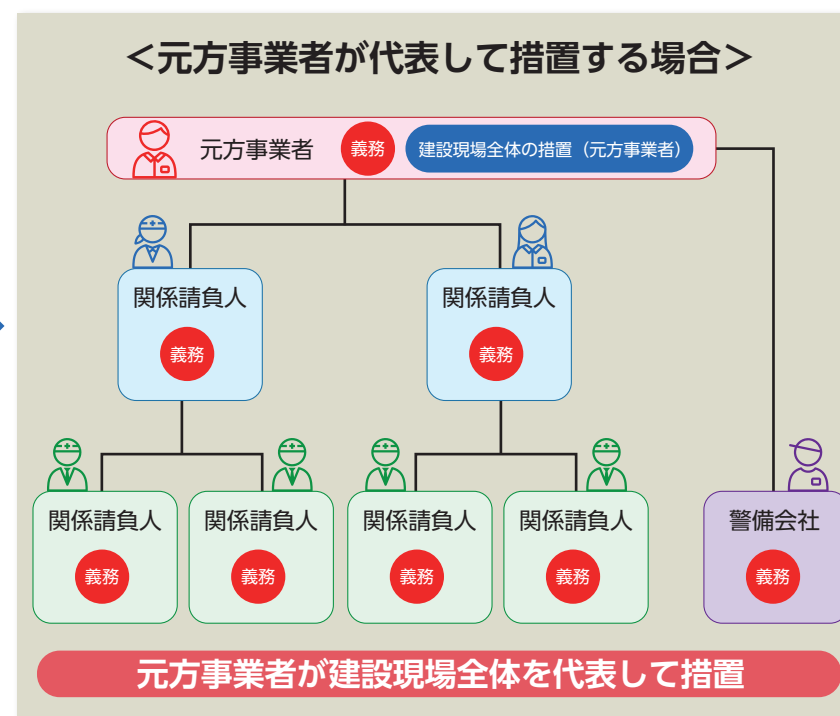
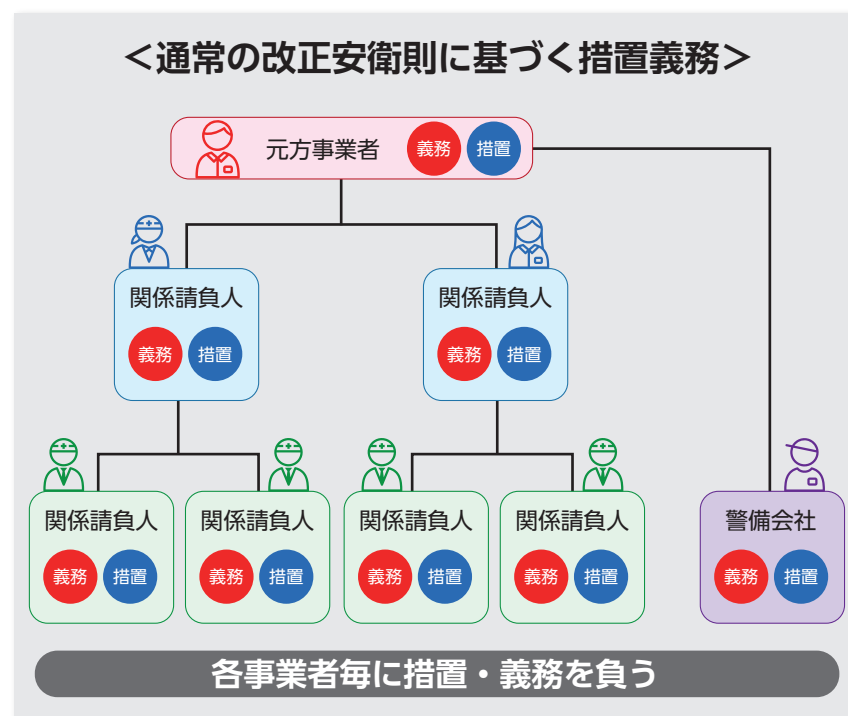
[建設現場における建設業従業者および警備員の熱中症予防対策の強化]

令和7年6月1日から施行された改正安衛則により、建設現場の事業者には**熱中症の早期発見体制の整備、重篤化防止のための手順書の作成、関係作業員への周知**が新たに義務付けられました。

建設現場は複数の事業者が共同で作業し、屋外や空調の不十分な場所での長時間作業が多いという特性があります。そのため、**元方事業者が現場全体を統括**し、関係請負人や警備会社の従業員を含む全員を対象とした熱中症対策を行うことが望ましいと考えられます。

なお、元方事業者が代表して対策を実施する場合でも、**関係請負人や警備会社が負うべき義務**がなくなるわけではありません。建設現場での熱中症対策をより実効性のあるものにするためには、**建設業と警備業が連携し、協力して対策に取り組むこと**が非常に重要です。

[改正安衛則（R7.6.1施行）の建設業従事者と警備員の連携イメージ]

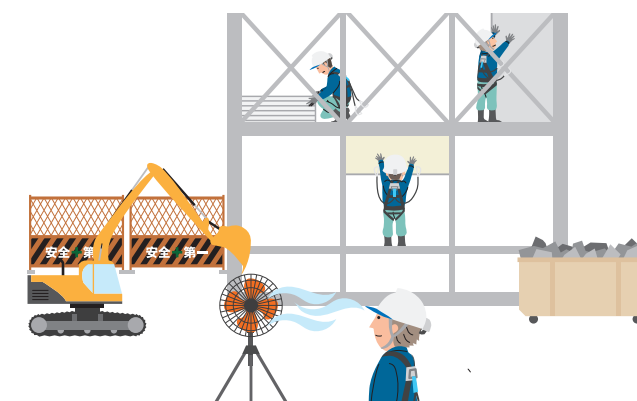


現場での取り組み状況



参考資料

● 職場における熱中症予防対策マニュアル及び働く人の 今すぐ使える熱中症ガイド（厚生労働省）より抜粋



熱中症の応急手当

① 涼しい環境への避難

- ・ 風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに**避難**させましょう。

② 身体冷却

- ・ **体温の冷却はできるだけ早く行う**必要があります。重症者を救命できるかどうかは、いかに早く体温を下げることができるかにかかっています。
- ・ 救急車を要請したとしても、その到着前から冷却を開始することが求められます。
- ・ 深部体温で40℃を超えると全身けいれん（全身をひきつける）、血液凝固障害（血液が固まらない）など危険な症状も現れます。
- ・ 身体冷却の方法
 - 例1 作業着を脱がせ、水をかけ、全身を急速冷却
 - 例2 濡れタオルなどを身体に当て、扇風機で風を当てる

③ 水分・塩分の補給

- ・ **冷たい水を持たせて、自分で飲んでもらいます。**
冷たい飲み物は胃の表面から体の熱を奪います。同時に脱水の補正も可能です。
大量の発汗があった場合には汗で失われた塩分も適切に補える経口補水液やスポーツドリンクなどが最適です。食塩水（水1ℓに1～2gの食塩）も有効です。
- ・ 応答が明瞭で、**意識がはっきりしている**なら、口から冷やした**水分をどんどん与えて**ください。
- ・ 「呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい」、「応えない（意識障害がある）」時には誤って水分が気道に流れ込む可能性があります。また「吐き気を訴える」ないし「吐く」という症状は、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠です。これらの場合には、経口で水分を入れるのは禁物で、病院での点滴が必要です。

④ 医療機関へ運ぶ

- ・ **自力で水分の摂取ができないときは**、点滴で補う必要があるので、**緊急で医療機関に搬送する**ことが最優先の対処方法です。
- ・ 実際に、救急搬送される熱中症の半数程度がⅢ度ないしⅡ度で、医療機関での輸液（静脈注射による水分の投与）や厳重な管理（血圧や尿量のモニタリングなど）、肝障害や腎障害の検索が必要となってきます。

● 熱中症対策に関する近年の法令改正

[気候変動適応法の改正（令和6年4月1日 全面施行）]

- ・ 熱中症対策実行計画の策定
- ・ 熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）の新設
- ・ 熱中症対策普及団体の指定
- ・ 熱中症警戒情報（熱中症警戒アラート）の法定化
- ・ 指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）の制度化

[労働安全衛生規則の改正（令和7年6月1日 施行） 罰則規定あり]

○ 報告体制の整備・周知

元方事業者、関係請負人問わず事業者に責任！

暑熱な場所※¹において連続して行われる作業※²等を行う際に、熱中症の自覚症状がある作業員、または熱中症のおそれがある作業員を見つけた者が速やかに報告するための連絡体制（連絡先や担当者）を事業ごとに定め、関係業者（作業員）に周知すること。

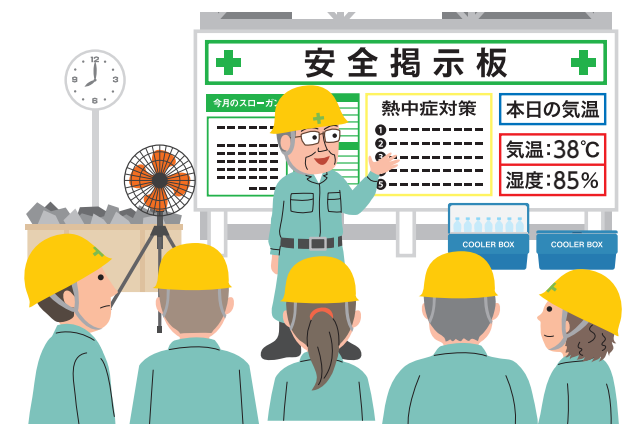
○ 重症化防止のための手順作成・周知

- ① 作業からの離脱
- ② 身体の冷却
- ③ 必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせること
- ④ 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重症化を防ぐための具体的な応急措置の手順をあらかじめ作成し、周知すること。

【会議室や休憩所などわかりやすい場所への掲示】



【朝礼やミーティングでの周知】



報告体制や措置手順の周知の例

※¹ 暑熱な場所：湿球黒球温度（WBGT）が28度以上又は気温が31度以上の場所をいい、必ずしも事業場内外の特定の作業場のみを指すものではなく、出張先で作業を行う場合、労働者が移動して複数の場所で作業を行う場合や、作業場所から作業場所への移動時等も含む。

※² 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：WBGT（湿球黒球温度）28度又は気温31度以上の作業場において行われる作業で、継続して1時間以上又は1日当たり4時間を超えて行われることが見込まれる作業をいう。

● 直轄工事の熱中症対策への支援

[工事積算における熱中症対策の充実（令和5年度から運用開始）]

国土交通省直轄土木工事では、猛暑日を考慮した工期設定となるよう「工期設定指針」を改定するとともに、官積算で見込んでいる以上に猛暑日が確認された場合には、**適切に工期変更**を行うほか、その工期延長日数に応じて「**工期延長に伴う増加費用の積算**」で対応するよう、運用を改良しています。

■ 猛暑日を考慮した工期設定

新たに、猛暑日日数（年毎のWBGT値31以上の時間を日数換算し、5か年平均したもの）を雨休率に加味し、工程（官積算）を設定。

$$\text{工期} = \text{実働日数} \times (1 + \text{雨休率}) + \text{準備期間} + \text{後片付け期間} + \text{その他作業不能日}$$

実働日数：
毎年度設定される歩掛の「作業日当たり標準作業量」から当該工事の
数量を施工するのに必要な日数を算出

$$\text{雨休率} = (\text{休日数} + \text{天候等による作業不能日}) / \text{実働日数}$$

$$\text{天候等による作業不能日} = \text{降雨・降雪日日数} + \text{猛暑日日数}$$

$$\text{猛暑日日数} = \text{年毎のWBGT値31以上の時間} \times 3 \text{ を日数換算し、平均した値（対象：5か年）}$$

※ 3：8時～17時の間のデータを対象とする。

⇒ WBGT値31以上の時間は、環境省熱中症予防情報サイトに掲載されている最寄りの観測データ（8～17時を対象）を活用

■ 工期延長等に伴う増加費用の積算 ※

工程（官積算）で見込んでいる猛暑日日数等の特記仕様書で明示するとともに、見込んでいる以上に猛暑日等があり、かつ、**作業を休止せざるを得なかった場合には、工期延長日数に応じて精算。**

特記仕様書記載イメージ

「第〇条 工期」

1. 工期は、雨天、休日等181日間を見込み、契約の翌日から令和〇年〇月〇日までとする。
なお、休日には、日曜日、祝日、年末年始及び夏期休暇の他、作業期間内の全ての土曜日を含んでいる。

工期には、施工に必要な実働日数以外に以下の事項を見込んでいる。

準備期間	40日間
後片付け期間	20日間
雨休率 ※休日と天候等による作業不能日を見込むための係数 雨休率 = (休日数 + 天候等による作業不能日) / 実働日数	0.89
その他の作業不能日（〇〇のため）（Rx.x.x～Rx.x.x）	〇日間

天候等による作業不能日は以下を見込んでいる。

イ) 1日の降雨・降雪量が10mm/日以上の日：46日間

ロ) 8時から17時までのWBGT値が31以上の時間を足し合わせた日数：12日間
（少数第1位を四捨五入（整数止め）し、日数換算した日数）

過去5か年（20xx年～20xx年）の気象庁（〇〇観測所）及び環境省（〇〇地点）のデータより年間の平均発生日数を算出

2. 著しい悪天候や気象状況より「天候等による作業不能日」が**工程（官積算）で見込んでいる日数から著しく乖離し**、かつ、作業を休止せざるを得なかった場合には、受注者は発注者へ工期の延長変更を請求することができる。

※ 「工期の延長に伴う増加費用」は間接工事費（共通仮設費（率分）、現場管理費（率分））で計上する。

出典：国土交通省 令和5年度国土交通省土木工事・業務の積算基準等の改定

[現場環境の改善費用の充実（令和7年度から運用開始）]

国土交通省直轄土木工事では、「現場環境改善費」（率計上）から避暑（熱中症対策）・防寒対策費を切り離し、熱中症対策・防寒対策にかかる費用を「現場環境改善費」（率計上）の50%を上限に計上します。

<共通仮設費（現場環境改善費）>

旧	
率計上費目	実施する内容（率計上分）
現場環境改善（仮設備関係）	1. 用水・動力等の供給設備 2. 緑化・花壇 他
現場環境改善（営繕関係）	1. 現場事務所の快適化 2. 労働宿舍の快適化 他
現場環境改善（安全関係）	1. 盗難防止対策 2. イメージアップ経費 3. 避暑（熱中症対策）・防寒対策
地域連携	1. 見学会の開催 2. デザイン工事看板 他
※計上費目4項目から5つ選択（1項目重複）	



現行	
率計上費目	実施する内容（率計上分）
現場環境改善（仮設備関係）	1. 用水・動力等の供給設備 2. 緑化・花壇 他
現場環境改善（営繕関係）	1. 現場事務所の快適化 2. 労働宿舍の快適化 他
現場環境改善（安全関係）	1. 盗難防止対策 2. イメージアップ経費
地域連携	1. 見学会の開催 2. デザイン工事看板 他
※計上費目4項目から5つ選択（1項目重複）	
積み上げ計上費目（精算時の設計変更対象）	
主に現場の施設や設備に対する熱中症対策・防寒対策に関する費用については、対策の妥当性を確認の上、設計変更。なお、積み上げ計上の場合は、現場管理費に計上される作業員個人の費用と重複がないことを確認し、率分で計上される現場環境改善費の50%を上限。	

● 熱中症に関連する法律や情報提供サイト

関連法令等

リーフレット「職場における熱中症対策の強化について」

https://neccyusho.mhlw.go.jp/pdf/2025/r7_neccyusho_strengthening_leaflet.pdf

パンフレット「職場における熱中症対策の強化について」

https://neccyusho.mhlw.go.jp/pdf/2025/r7_neccyusho_strengthening_pamphlet.pdf

対策等の情報・資料

厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト - 厚生労働省

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

環境省 熱中症予防情報サイト

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

日本気象協会 熱中症ゼロへ

<https://weather-jwa.jp/news/topics/post5798>

消防庁 熱中症情報

<https://www.fdma.go.jp/disaster/heatstroke/post3.html>

熱中症診療ガイドライン2024

<https://www.mhlw.go.jp/content/001314082.pdf>