８建企第１１７号
令和８年１１月１０日

関　係　各　位

長崎県土木部
建設企画課長
（公印省略）

「猛暑日を考慮した工期設定」に用いる５ヶ年平均猛暑日日数の最新版（R8 更新）について（通知）

「猛暑日を考慮した工期設定」に用いる５ヵ年平均猛暑日日数については、６建企第２０５号により最新版のデータとして通知しているところですが、令和８年度の猛暑日日数（速報版）を反映した最新の５ヶ年平均猛暑日日数を別添のとおり算出しましたので、通知します。

※令和７年度データについても速報版から確定版のデータに更新しているため、一部の地区で令和７年度の日数が変動しています。

土木部 建設企画課 技術基準班
TEL：095-894-3025（ダイヤルイン）
E-Mail：kijyun@pref.nagasaki.lg.jp

県内の猛暑日日数一覧（R４～R８）

観測箇所	各年度毎の猛暑日日数 合計（猛暑日時間数÷8）					5ヶ年平均の猛暑日日数	工期に加算する猛暑日日数	各月毎の猛暑日時間（WBGT31以上）																							
								R4（2022）					R5（2023）					R6（2024）					R7（2025）					R8（2026）				
	R4	R5	R6	R7	R8			6月	7月	8月	9月	10月	6月	7月	8月	9月	10月	6月	7月	8月	9月	10月	6月	7月	8月	9月	10月	6月	7月	8月	9月	10月
鰐浦	0.88	1.88	5.25	0.63	3.38	2.41	3日	0	2	5	0	0	0	3	12	0	0	0	7	33	2	0	0	0	5	0	0	0	5	21	1	0
厳原	1.88	4.63	13.50	8.25	12.75	8.21	9日	0	7	8	0	0	0	12	25	0	0	0	18	62	28	0	0	13	48	5	0	0	25	71	6	0
芦辺	3.00	1.50	12.13	4.13	6.50	5.46	6日	0	9	15	0	0	0	4	8	0	0	0	27	55	15	0	0	2	26	5	0	0	20	32	0	0
平戸	2.63	1.00	13.88	6.75	11.63	7.18	8日	0	1	20	0	0	0	1	7	0	0	0	34	65	12	0	0	1	37	16	0	0	34	57	2	0
松浦	11.75	2.50	18.50	9.50	12.50	10.95	11日	6	23	65	0	0	0	4	16	0	0	0	51	78	19	0	0	20	40	16	0	0	37	59	4	0
佐世保	10.13	7.38	24.63	22.50	20.25	16.98	17日	0	31	46	4	0	0	17	42	0	0	0	64	92	41	0	0	71	69	40	0	0	75	82	5	0
有川	11.25	8.38	16.63	36.50	16.38	17.83	18日	0	24	59	7	0	0	21	40	6	0	0	38	81	14	0	2	106	106	78	0	0	52	76	3	0
長崎	2.50	2.88	14.38	1.88	3.38	5.01	6日	0	4	14	2	0	0	3	20	0	0	0	30	68	17	0	0	10	4	1	0	0	2	25	0	0
雲仙岳	0.13	0.00	0.13	0.13	0.00	0.08	1日	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
島原	16.75	15.38	20.38	11.75	9.25	14.71	15日	3	39	81	11	0	2	52	59	10	0	0	74	77	12	0	3	29	32	30	0	0	43	31	0	0
福江	9.25	7.50	20.00	12.00	11.75	12.10	13日	0	24	50	0	0	0	17	39	4	0	0	61	83	16	0	0	22	48	26	0	0	32	61	1	0
口之津	17.50	22.00	35.25	7.88	6.50	17.83	18日	2	36	86	16	0	1	57	96	22	0	0	114	111	57	0	0	19	25	19	0	0	0	49	3	0
西海	11.00	6.88	26.75	20.00	22.63	17.46	18日	0	23	57	8	0	0	15	37	3	0	0	81	94	39	0	0	49	63	48	0	0	77	97	7	0
脇岬	16.63	12.75	29.13	16.38	8.50	16.68	17日	0	29	96	8	0	0	34	57	11	0	0	99	98	36	0	1	25	58	47	0	0	27	41	0	0

〇R4～R7のデータについては、『工期設定のための猛暑日日数確認サイト（（一財）建設物価調査会）』で公表されているデータを引用。（西海・脇岬は除く）

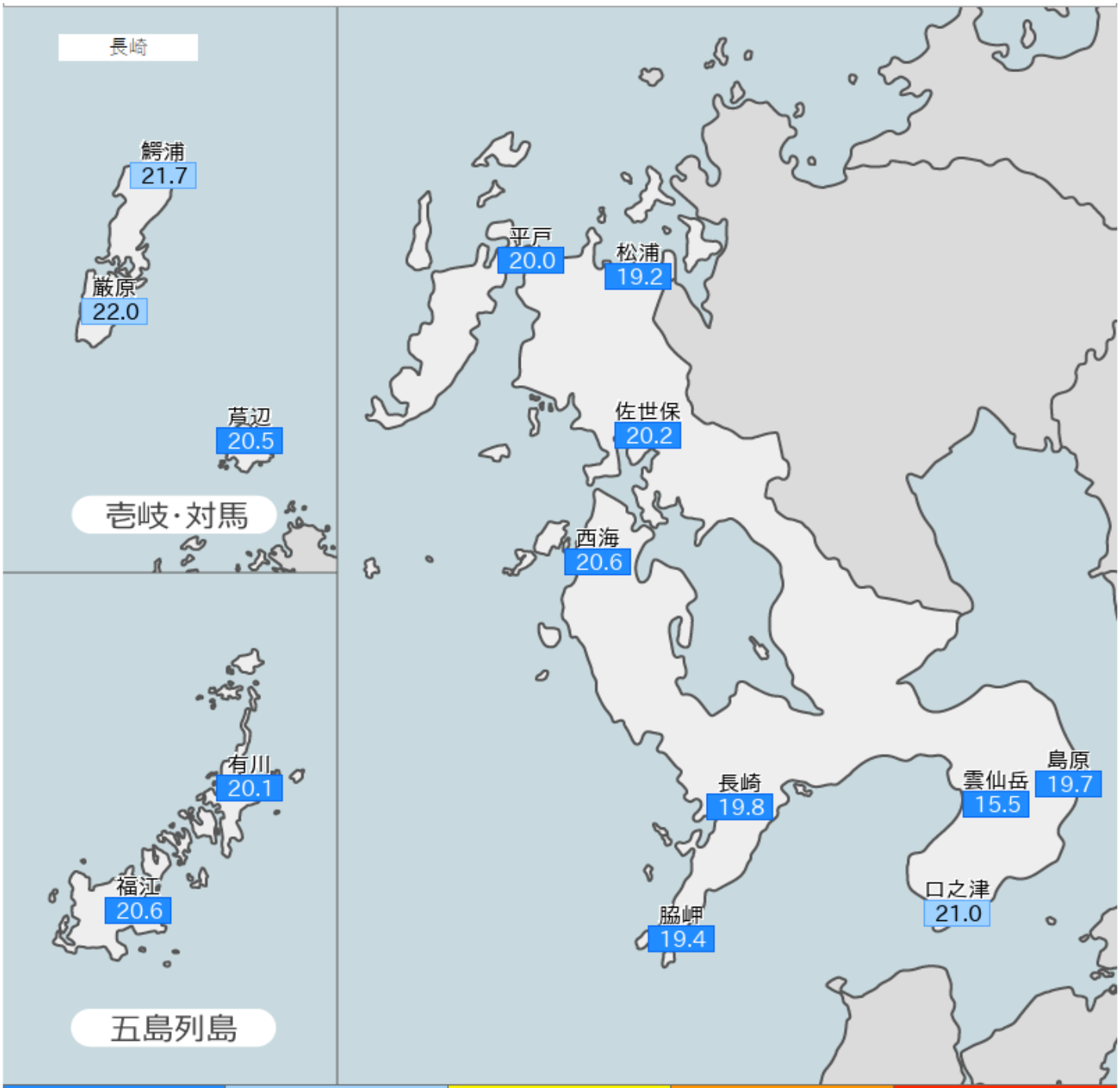
〇西海及び脇岬におけるR4～R7のデータについては、環境省HPで公表されているデータ（確定版）を基に算出。

〇R8のデータについては、環境省HPで公表されているデータ（速報版）を基に算出。

〇各月毎の猛暑日時間は、土日祝日及びお盆（8/13～15）を除いた8時～17時における猛暑日時間を集計。

※算出元のデータ更新（速報版⇒確定版）に伴い、R7についてはデータを一部変更。

【環境省】猛暑日の観測地点



(青) ほぼ安全	(水色) 注意	(黄) 警戒	(橙) 厳重警戒	(赤) 危険
21未満 適時水分補給	21以上25未満 積極的に水分補給	25以上28未満 積極的に休息	28以上31未満 激しい運動は中止	31以上 運動は原則中止

猛暑日の除外日一覧【土日祝日、お盆期間】

2022		2023		2024		2025		2026	
日付	詳細	日付	詳細	日付	詳細	日付	詳細	日付	詳細
2022/4/2	土曜日	2023/4/1	土曜日	2024/4/6	土曜日	2025/4/5	土曜日	2026/4/4	土曜日
2022/4/3	日曜日	2023/4/2	日曜日	2024/4/7	日曜日	2025/4/6	日曜日	2026/4/5	日曜日
2022/4/9	土曜日	2023/4/8	土曜日	2024/4/13	土曜日	2025/4/12	土曜日	2026/4/11	土曜日
2022/4/10	日曜日	2023/4/9	日曜日	2024/4/14	日曜日	2025/4/13	日曜日	2026/4/12	日曜日
2022/4/16	土曜日	2023/4/15	土曜日	2024/4/20	土曜日	2025/4/19	土曜日	2026/4/18	土曜日
2022/4/17	日曜日	2023/4/16	日曜日	2024/4/21	日曜日	2025/4/20	日曜日	2026/4/19	日曜日
2022/4/23	土曜日	2023/4/22	土曜日	2024/4/27	土曜日	2025/4/26	土曜日	2026/4/25	土曜日
2022/4/24	日曜日	2023/4/23	日曜日	2024/4/28	日曜日	2025/4/27	日曜日	2026/4/26	日曜日
2022/4/29	昭和の日	2023/4/29	昭和の日	2024/4/29	昭和の日	2025/4/29	昭和の日	2026/4/29	昭和の日
2022/4/30	土曜日	2023/4/30	日曜日	2024/5/3	憲法記念日	2025/5/3	憲法記念日	2026/5/2	土曜日
2022/5/1	日曜日	2023/5/3	憲法記念日	2024/5/4	みどりの日	2025/5/4	みどりの日	2026/5/3	憲法記念日
2022/5/3	憲法記念日	2023/5/4	みどりの日	2024/5/5	こどもの日	2025/5/5	こどもの日	2026/5/4	みどりの日
2022/5/4	みどりの日	2023/5/5	こどもの日	2024/5/6	振替休日	2025/5/6	振替休日	2026/5/5	こどもの日
2022/5/5	こどもの日	2023/5/6	土曜日	2024/5/11	土曜日	2025/5/10	土曜日	2026/5/6	振替休日
2022/5/7	土曜日	2023/5/7	日曜日	2024/5/12	日曜日	2025/5/11	日曜日	2026/5/9	土曜日
2022/5/8	日曜日	2023/5/13	土曜日	2024/5/18	土曜日	2025/5/17	土曜日	2026/5/10	日曜日
2022/5/14	土曜日	2023/5/14	日曜日	2024/5/19	日曜日	2025/5/18	日曜日	2026/5/16	土曜日
2022/5/15	日曜日	2023/5/20	土曜日	2024/5/25	土曜日	2025/5/24	土曜日	2026/5/17	日曜日
2022/5/21	土曜日	2023/5/21	日曜日	2024/5/26	日曜日	2025/5/25	日曜日	2026/5/23	土曜日
2022/5/22	日曜日	2023/5/27	土曜日	2024/6/1	土曜日	2025/5/31	土曜日	2026/5/24	日曜日
2022/5/28	土曜日	2023/5/28	日曜日	2024/6/2	日曜日	2025/6/1	日曜日	2026/5/30	土曜日
2022/5/29	日曜日	2023/6/3	土曜日	2024/6/8	土曜日	2025/6/7	土曜日	2026/5/31	日曜日
2022/6/4	土曜日	2023/6/4	日曜日	2024/6/9	日曜日	2025/6/8	日曜日	2026/6/6	土曜日
2022/6/5	日曜日	2023/6/10	土曜日	2024/6/15	土曜日	2025/6/14	土曜日	2026/6/7	日曜日
2022/6/11	土曜日	2023/6/11	日曜日	2024/6/16	日曜日	2025/6/15	日曜日	2026/6/13	土曜日
2022/6/12	日曜日	2023/6/17	土曜日	2024/6/22	土曜日	2025/6/21	土曜日	2026/6/14	日曜日
2022/6/18	土曜日	2023/6/18	日曜日	2024/6/23	日曜日	2025/6/22	日曜日	2026/6/20	土曜日
2022/6/19	日曜日	2023/6/24	土曜日	2024/6/29	土曜日	2025/6/28	土曜日	2026/6/21	日曜日
2022/6/25	土曜日	2023/6/25	日曜日	2024/6/30	日曜日	2025/6/29	日曜日	2026/6/27	土曜日
2022/6/26	日曜日	2023/7/1	土曜日	2024/7/6	土曜日	2025/7/5	土曜日	2026/6/28	日曜日
2022/7/2	土曜日	2023/7/2	日曜日	2024/7/7	日曜日	2025/7/6	日曜日	2026/7/4	土曜日
2022/7/3	日曜日	2023/7/8	土曜日	2024/7/13	土曜日	2025/7/12	土曜日	2026/7/5	日曜日
2022/7/9	土曜日	2023/7/9	日曜日	2024/7/14	日曜日	2025/7/13	日曜日	2026/7/11	土曜日
2022/7/10	日曜日	2023/7/15	土曜日	2024/7/15	海の日	2025/7/19	土曜日	2026/7/12	日曜日
2022/7/16	土曜日	2023/7/16	日曜日	2024/7/20	土曜日	2025/7/20	日曜日	2026/7/18	土曜日
2022/7/17	日曜日	2023/7/17	海の日	2024/7/21	日曜日	2025/7/21	海の日	2026/7/19	日曜日
2022/7/18	海の日	2023/7/22	土曜日	2024/7/27	土曜日	2025/7/26	土曜日	2026/7/20	海の日
2022/7/23	土曜日	2023/7/23	日曜日	2024/7/28	日曜日	2025/7/27	日曜日	2026/7/25	土曜日
2022/7/24	日曜日	2023/7/29	土曜日	2024/8/3	土曜日	2025/8/2	土曜日	2026/7/26	日曜日
2022/7/30	土曜日	2023/7/30	日曜日	2024/8/4	日曜日	2025/8/3	日曜日	2026/8/1	土曜日
2022/7/31	日曜日	2023/8/5	土曜日	2024/8/10	土曜日	2025/8/9	土曜日	2026/8/2	日曜日
2022/8/6	土曜日	2023/8/6	日曜日	2024/8/11	山の日	2025/8/10	日曜日	2026/8/8	土曜日
2022/8/7	日曜日	2023/8/11	山の日	2024/8/12	振替休日	2025/8/11	山の日	2026/8/9	日曜日
2022/8/11	山の日	2023/8/12	土曜日	2024/8/13	盆休み	2025/8/13	盆休み	2026/8/11	山の日
2022/8/13	盆休み	2023/8/13	盆休み	2024/8/14	盆休み	2025/8/14	盆休み	2026/8/13	盆休み
2022/8/14	盆休み	2023/8/14	盆休み	2024/8/15	盆休み	2025/8/15	盆休み	2026/8/14	盆休み
2022/8/15	盆休み	2023/8/15	盆休み	2024/8/17	土曜日	2025/8/16	土曜日	2026/8/15	盆休み
2022/8/20	土曜日	2023/8/19	土曜日	2024/8/18	日曜日	2025/8/17	日曜日	2026/8/16	日曜日
2022/8/21	日曜日	2023/8/20	日曜日	2024/8/24	土曜日	2025/8/23	土曜日	2026/8/22	土曜日
2022/8/27	土曜日	2023/8/26	土曜日	2024/8/25	日曜日	2025/8/24	日曜日	2026/8/23	日曜日
2022/8/28	日曜日	2023/8/27	日曜日	2024/8/31	土曜日	2025/8/30	土曜日	2026/8/29	土曜日
2022/9/3	土曜日	2023/9/2	土曜日	2024/9/1	日曜日	2025/8/31	日曜日	2026/8/30	日曜日
2022/9/4	日曜日	2023/9/3	日曜日	2024/9/7	土曜日	2025/9/6	土曜日	2026/9/5	土曜日
2022/9/10	土曜日	2023/9/9	土曜日	2024/9/8	日曜日	2025/9/7	日曜日	2026/9/6	日曜日
2022/9/11	日曜日	2023/9/10	日曜日	2024/9/14	土曜日	2025/9/13	土曜日	2026/9/12	土曜日
2022/9/17	土曜日	2023/9/16	土曜日	2024/9/15	日曜日	2025/9/14	日曜日	2026/9/13	日曜日
2022/9/18	日曜日	2023/9/17	日曜日	2024/9/16	敬老の日	2025/9/15	敬老の日	2026/9/19	土曜日
2022/9/19	敬老の日	2023/9/18	敬老の日	2024/9/21	土曜日	2025/9/20	土曜日	2026/9/20	日曜日
2022/9/23	秋分の日	2023/9/23	秋分の日	2024/9/22	秋分の日	2025/9/21	日曜日	2026/9/21	敬老の日
2022/9/24	土曜日	2023/9/24	日曜日	2024/9/23	振替休日	2025/9/23	秋分の日	2026/9/22	国民の休日
2022/9/25	日曜日	2023/9/30	土曜日	2024/9/28	土曜日	2025/9/27	土曜日	2026/9/23	秋分の日
2022/10/1	土曜日	2023/10/1	日曜日	2024/9/29	日曜日	2025/9/28	日曜日	2026/9/26	土曜日
2022/10/2	日曜日	2023/10/7	土曜日	2024/10/5	土曜日	2025/10/4	土曜日	2026/9/27	日曜日
2022/10/8	土曜日	2023/10/8	日曜日	2024/10/6	日曜日	2025/10/5	日曜日	2026/10/3	土曜日
2022/10/9	日曜日	2023/10/9	スポーツの日	2024/10/12	土曜日	2025/10/11	土曜日	2026/10/4	日曜日
2022/10/10	スポーツの日	2023/10/14	土曜日	2024/10/13	日曜日	2025/10/12	日曜日	2026/10/10	土曜日
2022/10/15	土曜日	2023/10/15	日曜日	2024/10/14	スポーツの日	2025/10/13	スポーツの日	2026/10/11	日曜日
2022/10/16	日曜日	2023/10/21	土曜日	2024/10/19	土曜日	2025/10/18	土曜日	2026/10/12	スポーツの日
2022/10/22	土曜日	2023/10/22	日曜日	2024/10/20	日曜日	2025/10/19	日曜日	2026/10/17	土曜日
2022/10/23	日曜日	2023/10/28	土曜日	2024/10/26	土曜日	2025/10/25	土曜日	2026/10/18	日曜日
2022/10/29	土曜日	2023/10/29	日曜日	2024/10/27	日曜日	2025/10/26	日曜日	2026/10/24	土曜日
2022/10/30	日曜日							2026/10/25	日曜日
								2026/10/31	土曜日

参　考　資　料

○運動に関する指針

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

（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）より

○現場で使用するＷＢＧＴ測定器について（黒球付きＷＢＧＴ測定器）

