

一般社団法人真岡労働基準協会長 殿

真岡労働基準監督署長



熱中症予防対策の推進について（要請）
～「定期的な一斉給水・塩分補給」を実施しましょう～

時下、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

また、日頃より労働基準行政の運営とりわけ労働災害防止並びに労働者の健康確保対策の推進に特段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、全国的な熱中症の発生状況は、下記資料のとおり高止まり状況にあり、2016 年以降のデータでは 8 月が月別最多となっております。（下記資料参照）

このため、本年度から、栃木労働局及び真岡労働基準監督署では、暑熱作業中の水分補給について、各自の喉の渇きのみの判断に委ねることなく、「水分・塩分を喉の渇きの有無によらず定期的に一斉に摂取させること」を新たな熱中症対として策定いたしました。

マスク着用者や高年齢労働者は、喉の渇きを感じにくいというデータもあり、いずれにしても作業者任せにせず、定期的かつ一斉に給水・塩分補給することが熱中症対策に肝要であると言えます。

つきましては、貴職におかれましても、熱中症予防対策の推進に御賛同いただき、傘下会員事業者に対し、別添リーフレット等を活用していただき広くご周知頂くとともに、団体を挙げてお取組みいただきますようお願い申し上げます。

【令和 2 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（全国）】





本件資料は、厚生労働省のホームページからダウンロードすることができます。

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_18365.html

STOP! 熱中症

令和3年5月～9月

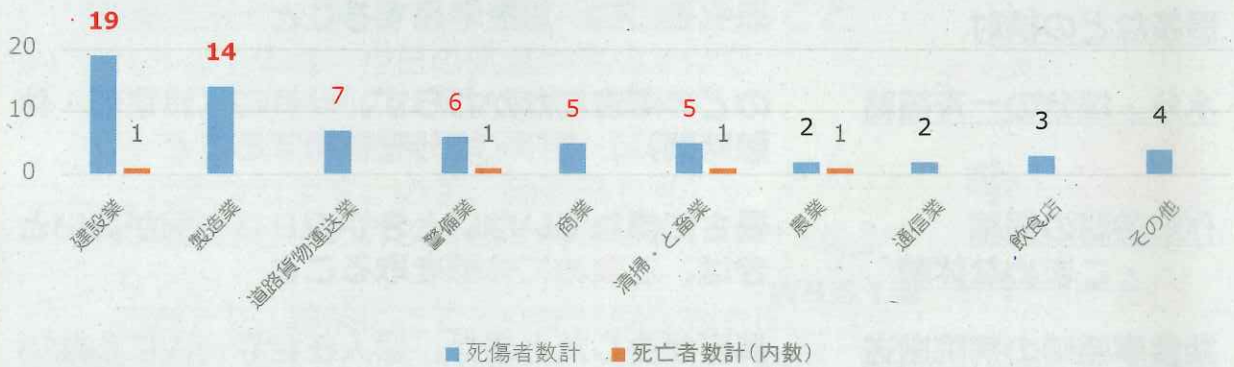
“熱中症予防のための7つのルール”を守りましょう!

職場における熱中症による死傷災害の発生状況（栃木県）

死傷者数の推移（2011年～2020年）



業種別死傷者数（2011年～2020年計）



時間帯別発生状況（2011年～2020年計）



月別発生状況（2011年～2020年計）



栃木労働局では、熱中症による死傷災害の発生状況をもとに、熱中症予防のために、特に、実施してもらいたいことを
“熱中症予防のための7つのルール”
 として取りまとめました。積極的な取組をお願いします。

熱中症予防のための7つのルール

1	<u>暑さに備えた事前の準備</u>	暑さに備えて、事前の「WBGT指数計」の準備やWBGT値に応じた作業計画の策定、冷房設備やミストシャワーなどの設備対策、休憩場所の確保をすること
2	<u>熱への順化期間の設定</u>	体を慣らすための熱への順化期間を設けること
3	<u>WBGT値の把握</u>	作業当日のWBGT値を把握すること
4	<u>服装などの検討</u>	通気性の良い服を着用すること
5	<u>水分・塩分の一斉補給</u>	のどの渇きにかかわらず、一斉に（始業前・休憩時間）、水分・塩分を補給すること
6	<u>作業時間の短縮</u> ・こまめな休憩	暑さに慣れていないときやWBGT値が高いときは、こまめに休憩を取ること
7	<u>緊急事態時の病院搬送</u>	異変が生じたときは、個人任せや一人にしないで（特に7月）ためらわずに病院へ運ぶこと

【解説】

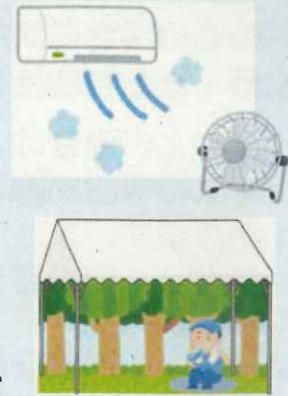
1 暑さに備えて、事前の「WBGT指数計」の準備やWBGT値に応じた作業計画の策定、冷房設備やミストシャワーなどの設備対策、休憩場所の確保をすること

- (1) 熱中症は、屋外だけでなく、屋内でも発生しています。
- (2) 梅雨明け後の本格的な夏が到来する前に、JIS規格「JIS B7922」に適合した「WBGT指数計」を事前に準備しましょう。
- (3) その上で、「WBGT指数計」により測定したWBGT値に応じて（「身体作業強度等に応じたWBGT基準値」等参照）①WBGT基準値を大幅に超えた場合の作業の中止ほか、②作業の中断、③作業時間の短縮、④休憩時間の確保などができるよう余裕を持った作業計画をたてましょう。



既に設置している冷房設備等については、事前に、その機能の点検を行いましょ。

- (4) さらに、簡易な屋根の設置、通風または冷房設備やミストシャワーなどの設置により、WBGT値を下げる方法を検討し、作業場所の近くに冷房を備えた休憩場所や日陰などの涼しい休憩場所を確保し、休憩中にも体温を下げる工夫をしましょ。



2 体を慣らすための熱への順化期間を設けること

- (1) 労働者が熱に慣れ、環境に適応しているか確認し、適応していない場合は、7日以上かけて徐々に、高温多湿の環境に身体を慣らし、作業時間を長くするようにしましょ。
- (2) 急激な気温の上昇や、4日以上のお休み明けは、ベテランの労働者も「熱への慣れ」が低下し、身体への負担が大きくなります。作業内容や作業時間、休憩時間にも配慮しましょ。



3 作業当日の「WBGT値」を把握すること

- (1) WBGT値は、当日の気温や湿度だけでなく、直前の降雨の状況、暑熱な場所、通風の状況など作業環境の現場（職場）ごとに異なります。必ず、輻射熱も考慮した黒球付きのWBGT値を実測しましょ。

梅雨明け



WBGT値 20℃ ⇒ 33℃

- (2) その上で、事前にたてた作業計画をもとに、氷や冷たいおしぼりの準備ほか、WBGT値が高いときは、単独作業を控え、WBGT値を下げる対策を講じましょ。



4 通気性のいい服を着用すること

- (1) 熱を吸収する服装、保熱しやすい服装は避け、透湿性・通気性のよい衣服を着用させましょ。
- (2) マスクを着用し顔の一部が隠れることで、熱中症の初期症状を見逃すことがあります。

特に、WBGT値が高いときは、作業中も、労働者の顔や状態から、心拍や体温その他体調の異常がないかよく確認するため、こまめにお声がけをしましょ。



5 のどの渇きにかかわらず、一斉に（始業前・休憩時間）、水分・塩分を補給すること

(1) のどの渇きは、加齢や病気、身体の塩分不足のほか、マスクで口が覆われることにより感じにくくなる場合があります。また、水分等の補給できる設備を備えてあることと、労働者一人ひとりが水分・塩分を補給することとは別です。



(2) のどの渇きほか、トイレに行きにくいことなどを理由として意図的に労働者が水分の摂取を控えることも考えられます。

(3) そこで、のどの渇きなど自覚症状にかかわらず、始業前や休憩時間など定期的に、全員一斉に、水分・塩分を補給する時間を設けましょう。



6 暑さに慣れていないときやWBGT値が高いときは、こまめに休憩を取ること

(1) 暑さに慣れていないときやWBGT値が高いときであって、作業を中止できないときは、連続した作業時間を短縮するために、こまめに休憩を取らせるようにしましょう。

7 異変が生じたときは、個人任せや一人にしないで（特に7月）ためらわずに病院へ運ぶこと

(1) 熱中症を疑わせる症状が見られた場合など異変が生じたら、①一旦作業を離れる、②涼しい場所で身体を冷やす③水分・塩分等を摂らせるなどの処置のほか、状態に応じて、④救急車の手配する、⑤病院へ運び、医師の診察を受けさせることで重症化を防止することができます。

(2) 体調が悪い労働者に対して、「休憩を取るように」言っただけで、単独で休ませ、その後で、その労働者の様子を観に行ったら、症状が急変し手遅れになるケースや、自己の判断で作業終了後に帰宅して体調が悪化するケースもよく見られます。

(3) このため、個人の判断に任せることや、長時間一人にさせないようにしましょう。

(4) ①意識がない、②呼びかけに応じない、③返事がいつもと違う、④全身に痛みがあるなどの熱中症が疑われる症状がある場合は、救急隊を要請しましょう。上記①から④に当てはまる症状がない場合であっても、水分を自力で摂取できない場合は、病院へ運びましょう。

(5) 梅雨明け直後は要注意です。重点取組期間である7月は、少しでも異常を認めるときは、ためらわずにすぐに救急車を呼びましょう。



こちらも
ご覧ください

- ◇ STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン
- ◇ 職場における熱中症ポータルサイト



事業者の皆さま、労働者の皆さまへ

令和3年度 厚生労働省委託事業 職場における熱中症予防に用いる機器の適正な使用法等周知事業

職場における熱中症予防対策 ポータルサイト及び講習動画のご案内

ポータルサイトのご案内

厚生労働省では、職場における熱中症予防に関するポータルサイトを開設し、職場で起こる熱中症について、症状や分類、予防対策について、具体的な事例を交えて紹介しています。

場所を問わずアクセスして学べる、熱中症予防のためのオンライン教育用動画や理解度クイズなども掲載しています！

暑い夏を乗り切るにあたり、熱中症予防対策の徹底を図るために、是非ご活用ください！



学ぼう！ 備えよう！ 職場の仲間を守ろう！

職場における熱中症予防情報

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>



講習動画のご案内

無料

職場における熱中症対策を効果的に推進するための講習動画を無料で配信しています！

1 動画あたりの閲覧所要時間が15分程度なので、すきま時間にもご覧いただけます。

- 熱中症が発生する原理と発生時の措置
- 熱中症予防対策として有効な対策（管理者向け）
- 熱中症予防対策として有効な対策（作業員向け）
- WBGT指数計を用いた作業環境管理方法について

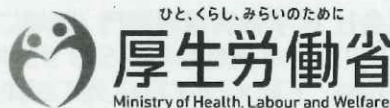
WBGT値、確認ヨシ！



講師紹介

齊藤 宏之

独立行政法人 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所



ポータルサイトではこんな内容が学べます！

Q1 熱中症防止の目的で使う測定器として、もっとも適当なものはどれでしょうか？

- a デジタル式の温湿度計
- b 黒球の付いたWBGT指数計
- c 黒球の付いていない温湿度計
- d 黒球の付いていないWBGT指数計

Q2 暑熱作業中の水分・塩分摂取の方法として、適当なものはどれでしょうか？

- a 水分・塩分を喉の渇きの有無によらず、定期的に摂取させる
- b 水分・塩分は作業中本人が喉の渇きに応じて摂取する
- c あまり水を飲むと体がなまってしまうので、飲む量や回数は最小限にする

Q3 軽度の熱中症が疑われる作業員がいたため、水分・塩分をとらせ、涼しい部屋で休ませましたが、なかなか良くなりません。
このような場合、適切な対応はどれでしょうか？

- a 躊躇なく医療機関に搬送する
- b 急がせず、日陰をゆっくり歩いて病院に行かせる
- c タクシーで自宅に帰らせる
- d 軽度の熱中症なので引き続き様子を見る

詳しい解説はポータルサイトに掲載しています！是非ご覧下さい！

渴く前に飲む！



チューイカン吉

【受託実施】 テクニル株式会社 化学物質管理部門 (職場における熱中症予防対策事務局)

東京都中央区日本橋蛸殻町2-5-3 サンホリビル4F
お問い合わせは、下記メールアドレス宛にお願いいたします。

e-mail: netsu@technohill.co.jp