

STOP! 熱中症

令和3年5月～9月

クールワークキャンペーン

— 熱中症予防対策の徹底を図ろう —

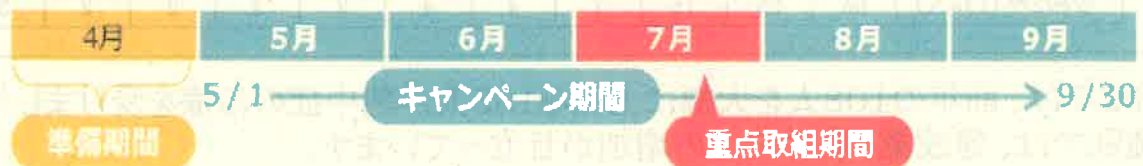
職場における熱中症により、毎年約20人が亡くなり、約1,000人が4日以上仕事を休んでいます。夏季を中心に「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を展開し、職場での熱中症予防に取り組みましょう!

県内では、昨年、仕事中に熱中症となり医療機関で治療を受けた方は133名で、前年の108名を大幅に上回りました。

また、建設業において熱中症による死亡も発生しています。

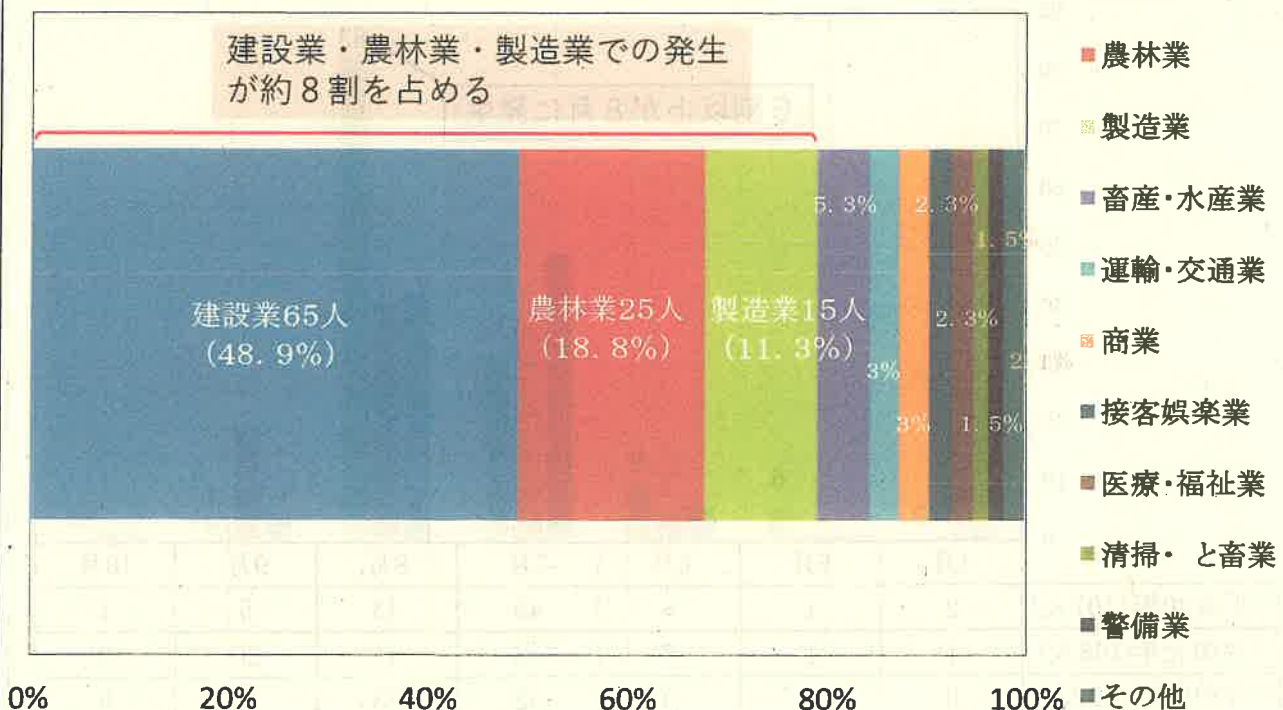
事業場では、期間ごとの実施事項に重点的に取り組んでください。

●実施期間：令和3年5月1日から9月30日まで（準備期間4月、重点取組期間7月）



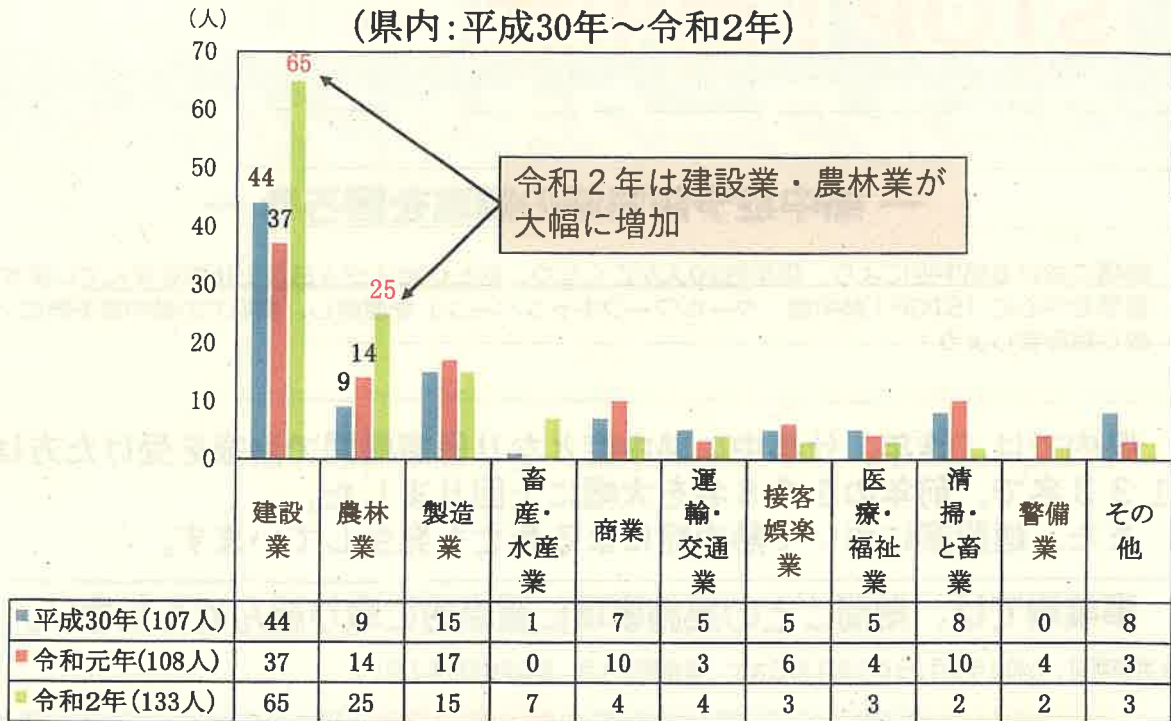
業種別発生状況（不休を含む） （県内：令和2年 133人）

建設業・農林業・製造業での発生
が約8割を占める



業種別熱中症発生状況(不休を含む)

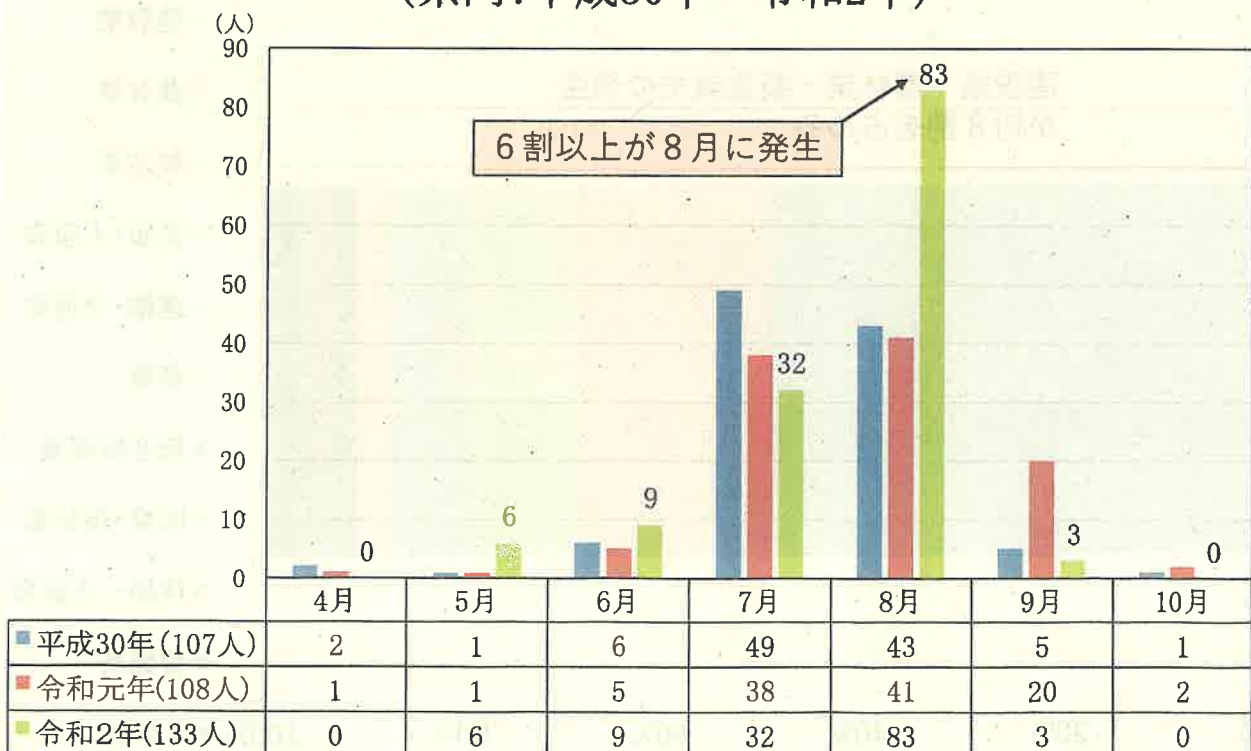
(県内:平成30年～令和2年)



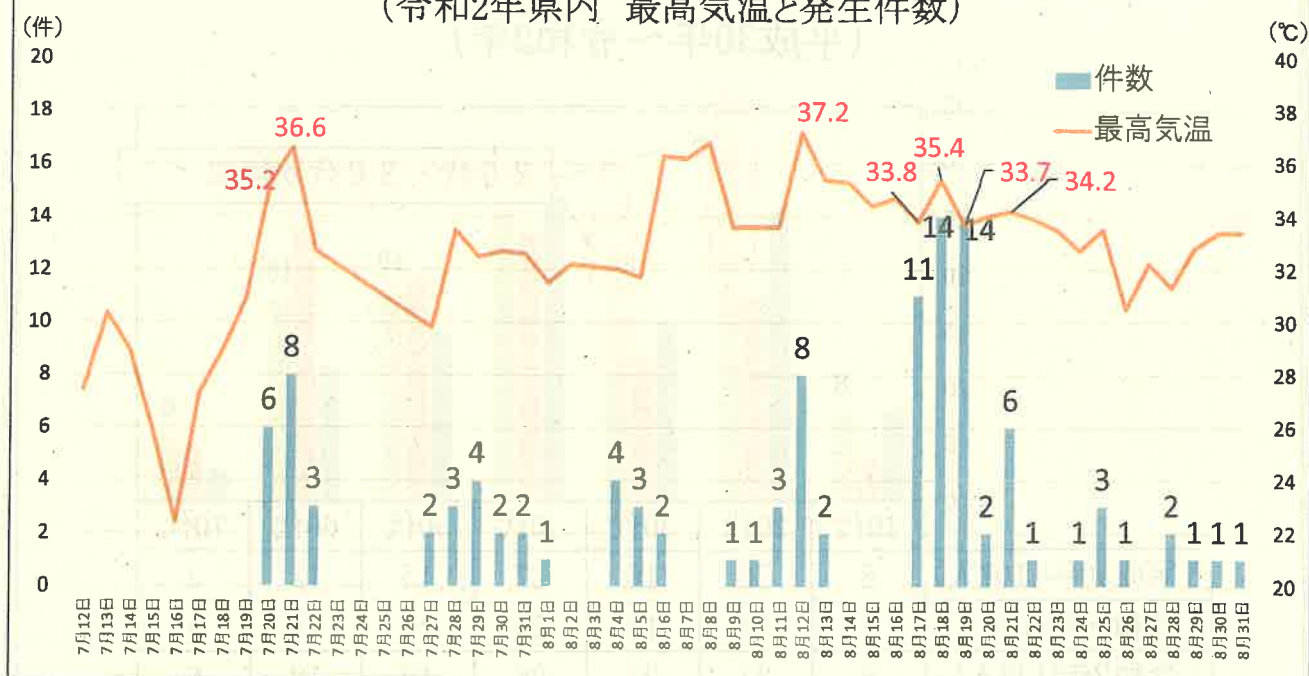
令和2年は、前年の108人を大幅に上回る133人が熱中症の治療を受けました。業種別では、建設業、農林業での増加が目立っています。

熱中症の月別発生状況(不休を含む)

(県内:平成30年～令和2年)

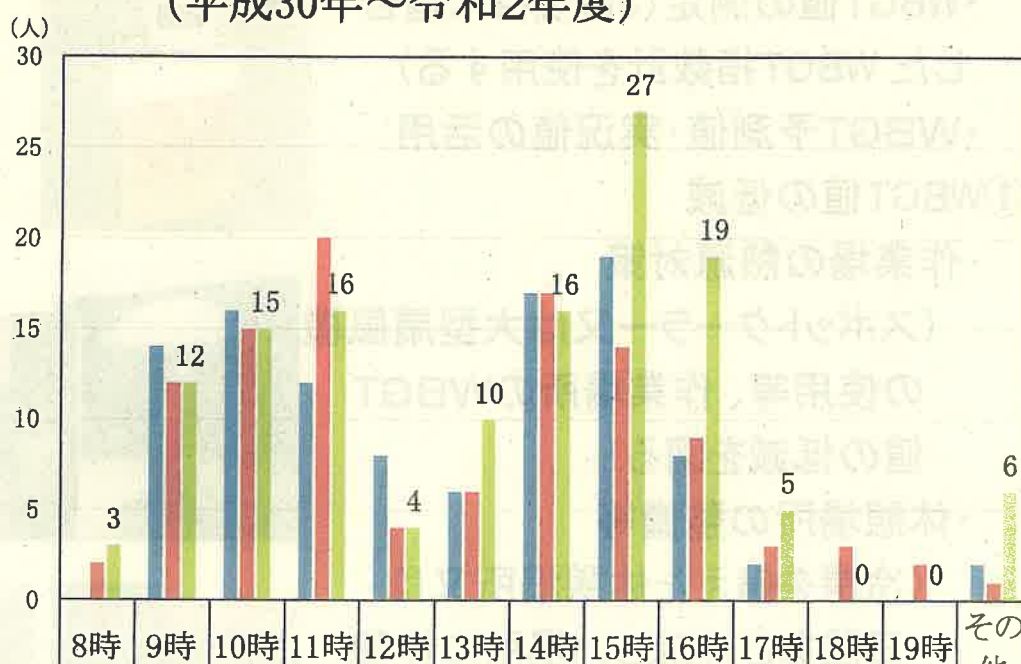


熱中症発生状況(不休を含む) (令和2年県内 最高気温と発生件数)



昨年は、熱中症の6割が8月に発生しています。特にお盆明けの最初の月曜(17日)～水曜(19日)に全体の約3割が発生しています。最高気温が33度以上となっていること、長期の休み明けで熱への順化が低下したことなどが原因と考えられます。
(熱へのばく露が中断すると4日後には暑熱順化の顕著な喪失が始まります。)

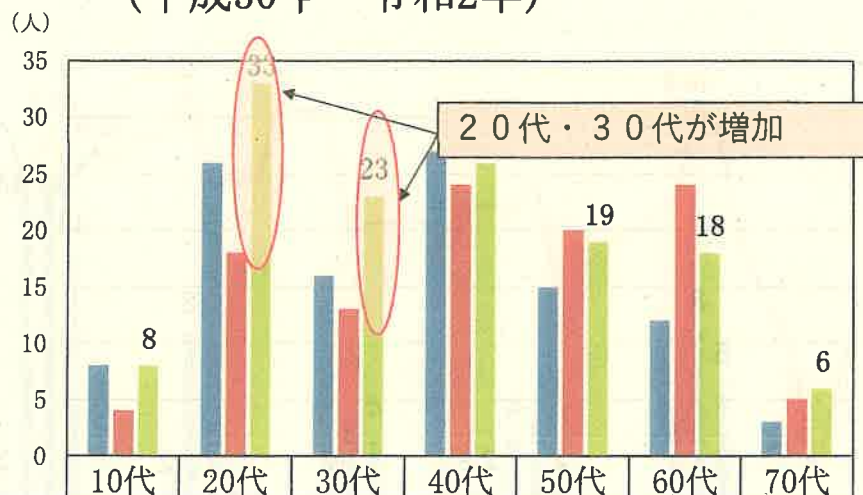
時間帯別発生状況(不休を含む) (平成30年～令和2年度)



	8時	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	その他
平成30年(107人)	0	14	16	12	8	6	17	19	8	2	0	0	2
令和元年(108人)	2	12	15	20	4	6	17	14	9	3	3	2	1
令和2年(133人)	3	12	15	16	4	10	16	27	19	5	0	0	6

年齢別発生状況(不休を含む)

(平成30年～令和2年)



	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代
■平成30年(107人)	8	26	16	27	15	12	3
■令和元年(108人)	4	18	13	24	20	24	5
■令和2年(133人)	8	33	23	26	19	18	6

昨年は、20代、30代の発生が大幅に増加しました。
すべての年代において熱中症が発生する可能性があります。

【予防対策】

- ・WBGT値の測定(JIS規格に適合した WBGT指数計を使用する)
- ・WBGT予測値・実況値の活用

①WBGT値の低減

- ・作業場の熱源対策
(スポットクーラー又は大型扇風機の使用等、作業場所のWBGT値の低減を図る)
- ・休憩場所の整備等
(冷房を備えた休憩場所又は日陰などの涼しい場所に休憩場所を設ける。水分、塩分を容易に摂取できる設備を備える。)



②作業管理

- ・作業休止時間及び休憩時間の確保
(WBGT値が高い場所での連続作業時間の短縮)
- ・計画的に暑熱順化期間を設ける
- ・自覚症状に関係なく定期的な水分および塩分の摂取
- ・透湿性及び通気性の良い服装を着用
(身体を冷却する服の着用も望ましい)
- ・作業の種類、作業負荷、気象条件等に
応じて飛沫飛散防止器具を選択
- ・作業中の巡視



③健康管理

- ・健康診断結果に基づく対応
(糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全等)
- ・日常の健康管理
(前日の飲酒、睡眠、当日の朝食の摂取状況等の確認)



④労働衛生教育

- ・熱中症の症状、熱中症の
予防方法、緊急時の救急
処置、熱中症の事例等

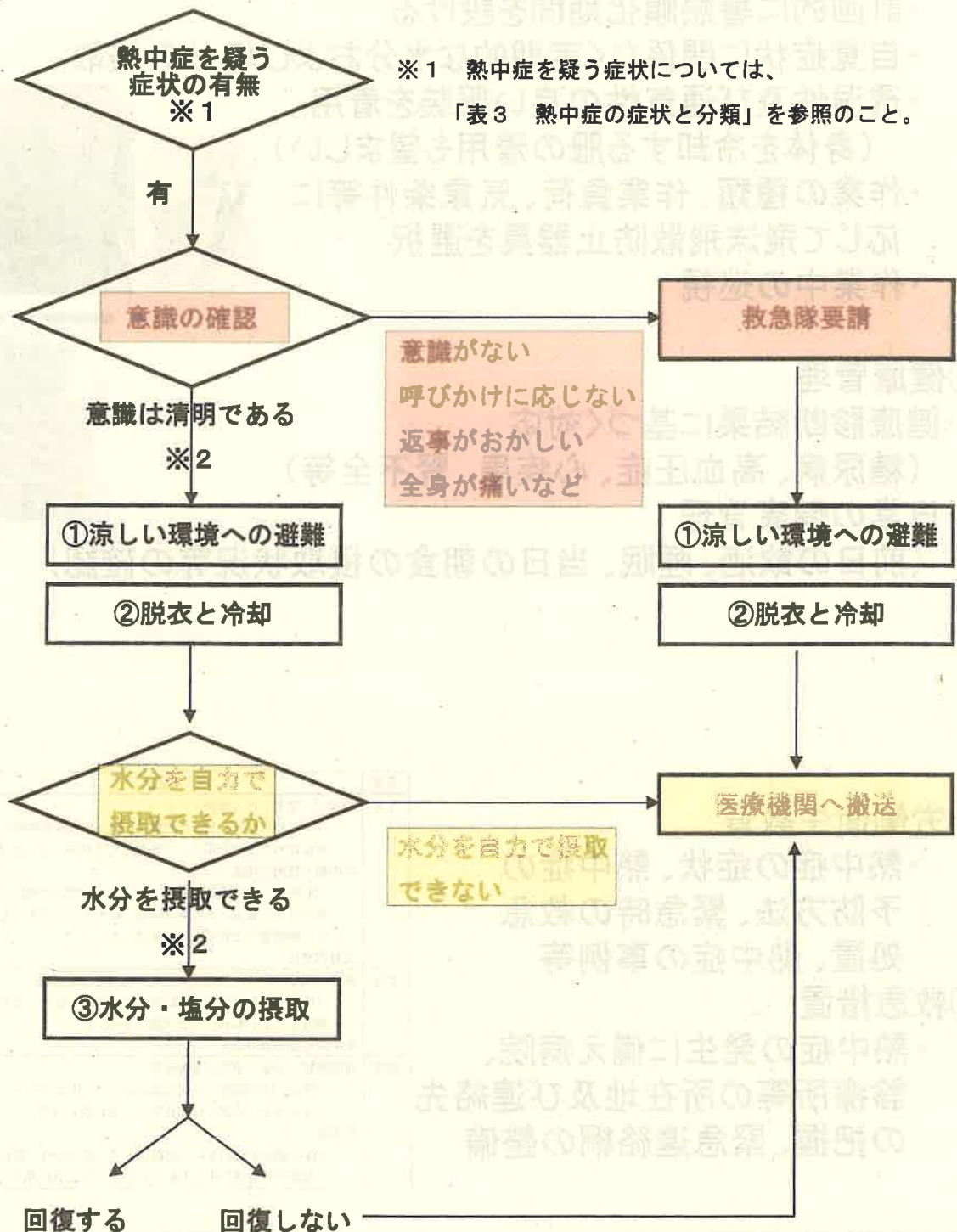
⑤救急措置

- ・熱中症の発生に備え病院、
診療所等の所在地及び連絡先
の把握、緊急連絡網の整備

分類	症状	重症度
I度	めまい・生あくび・失神 (「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不足になったことを示し、“熱失神”と呼ぶこともある。) 筋肉痛・筋肉の硬直 (筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴う。発汗に伴う塩分(ナトリウム等)の欠乏により生じる。これを“熱痙攣”と呼ぶこともある。) 大量の発汗	小
II度	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 (体がぐったりする、力が入らないなどがあり、従来から“熱疲労”といわれていた状態である。) 集中力や判断力の低下	
III度	意識障害・痙攣・手足の運動障害 (呼びかけや刺激への反応がおかしい、体がガクガクと引きつがある、真直ぐに走れない・歩けないなど。) 高体温 (体に触ると熱いという感触がある、従来から“熱射病”や“重度の日射病”とされていたものがこれに相当する。)	大



図：熱中症の救急処置（現場での応急処置）



※2 意識が清明である又は水分を摂取できる状態であっても、Ⅱ度熱中症が疑われる場合は、医療機関への搬送を検討すること。

* 上記以外にも体調が悪化するなどの場合には、必要に応じて、救急隊を要請するなどにより、医療機関へ搬送することが必要であること。

キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

STEP
1

□WBGT値の把握

JIS 規格に適合したWBGT指数計でWBGT値を測りましょう。



WBGT指数計の例

STEP
2

準備期間中に検討した事項を確実に実施するとともに、測定したWBGT値に応じて次の対策を取りましょう。

☐	WBGT値を下げるための設備の設置	準備期間に検討した設備、休憩場所を設置しましょう。	
☐	休憩場所の整備	休憩場所には氷、冷たいおしぼり、シャワー等や飲料水、塩飴などを設置しましょう。	
☐	通気性の良い服装など	準備期間に検討した通気性の良い服装なども着用しましょう。	
☐	作業時間の短縮	WBGT値が高いときは、 単独作業を控え 、WBGT値に応じて 作業の中止 、 こまめに休憩をとる などの工夫をしましょう。	
☐	熱への順化	暑さに慣れるまでの間は 十分に休憩を取り 、 1週間程度かけて徐々に身体を慣らし ましょう。特に、 入職直後 や 夏季休暇明け の方は注意が必要です！	
☐	水分・塩分の摂取	のどが渴いていなくても 定期的に水分・塩分 を取りましょう。	
☐	プレクーリング	休憩時間にも体温を下げる工夫をしましょう。	
☐	健康診断結果に基づく措置	①糖尿病、②高血圧症、③心疾患、④腎不全、⑤精神・神経関係の疾患、⑥広範囲の皮膚疾患、⑦感冒、⑧下痢などがあると熱中症にかかりやすくなります。医師の意見をきいて人員配置を行いましょう。	
☐	日常の健康管理など	前日のお酒の飲みすぎはないか、寝不足ではないか、当日は朝食をきちんととったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的症状について説明し、早く気付くことができるようにしましょう。	
☐	労働者の健康状態の確認	作業中は管理者はもちろん、作業員同士お互いの健康状態をよく確認しましょう。	

STEP
3

熱中症予防管理者等は、WBGT値を確認し、巡視などにより、次の事項を確認しましょう。

- ☐ WBGT値の低減対策は実施されているか
- ☐ 各労働者が暑さに慣れているか
- ☐ 各労働者は水分や塩分をきちんと取っているか
- ☐ 各労働者の体調は問題ないか
- ☐ 作業の中止や中断をさせなくてよい

□異常時の措置

～少しでも異常を感じたら～

- ・ **いったん作業を離れる**
- ・ **病院へ運ぶ、または救急車を呼ぶ**
- ・ **病院へ運ぶまでは一人きりにしない**

重点取組期間（7月1日～7月31日）

- ☐ 実施した対策の効果を再確認し、必要に応じ追加対策を行いましょう。
- ☐ 特に梅雨明け直後は、WBGT値に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底しましょう。
- ☐ 水分、塩分を積極的に取りましょう。
- ☐ 各自が、睡眠不足、体調不良、前日の飲みすぎに注意し、当日の朝食はきちんと取りましょう。
- ☐ 期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を行いましょう。
- ☐ 少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、病院に搬送しましょう。

