



会長	副会長	事務局長	幹事

別添1

宮崎労発基 0809 第1号
令和4年8月9日

関係団体の長 殿

宮崎労働局長

熱中症予防対策の更なる強化について（協力依頼）

安全衛生行政の推進につきまして、日頃から格別の御配慮をいただき、厚く御礼申し上げます。

職場の熱中症予防対策につきましては、令和4年3月16日付け、宮崎労発基 0316 第1号の2『「令和4年度「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」の実施について」』により、会員事業場等への周知についてお願いしているところですが、これから8月にかけては、1年で最も気温が高くなる時期であり、職場における熱中症の発生リスクが非常に高くなることから、改めて傘下会員事業場に対し、その周知を図っていただきますとともに、各事業場において確実な取組が行われますよう、特段のご配慮をお願い申し上げます。

また、全国的に新型コロナウイルス感染症の感染者数が急増しているところであり、熱中症予防対策と同時に感染防止対策の徹底が求められる状況にありますので、

職場における熱中症予防対策の徹底と併せて新型コロナウイルス感染症の感染防止対策の徹底についても一層の取組を進めていただきますよう、傘下会員事業場等への周知について、特段の御理解と御協力をお願い申し上げます。

資料1 「熱中症が増えています 予防のためのポイント」

資料2 「効果的な換気のポイント」

資料3 「熱中症予防に留意した「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法」



熱中症が 増えています

予防のためのポイント



熱中症警戒アラートを活用しましょう

アラート発表時には、

- エアコンを適切に使用しましょう
- 不要不急の外出は避けましょう
- 外での運動は、原則、中止/延期をしましょう
- 高齢者等に声を掛けましょう
- のどが渇く前に水分補給をしましょう



「熱中症警戒アラート」は
環境省のLINE公式アカウント
で確認することができます。

友達追加は
こちら➡



エアコンをしっかりと使いましょう

熱中症は室内でも夜でも発生し、
命に関わる問題です

- 無理な節電をせず、夜もしっかり使用しましょう
- 日中はすだれなどで日差しを和らげるなど上手に使いましょう



マスクをはずしましょう

- 熱中症を防ぐために屋外ではマスクをはずしましょう
- ※近距離（2mが目安）で会話をするときにはマスクの着用を
- 特に運動時には、忘れずにマスクをはずしましょう



屋外・屋内/
子どものマスクの
着用について



注意！ 停電時など、どうしても エアコンが使えないときには

- 日光を遮り、風通しをよくしましょう
- 濡れたタオル等を肌当て、うちわであおぎましょう
- できる限り、冷房設備が稼働しているところへ避難しましょう
- 停電時の断水に備え、飲み水を備蓄しましょう
- 電力需給ひっ迫時には、浴槽やバケツに水を貯めておきましょう



熱中症予防に関するお役立ち情報

さまざまな場面ごとの熱中症予防対策をお伝えしています

熱中症予防情報サイト：熱中症警戒アラート・暑さ指数・熱中症予防に関する情報



高齢者等の屋内における熱中症対策の強化

高齢者のための熱中症対策



〈リーフレット〉

管理者がいる場等における熱中症対策の促進

学校関係の熱中症情報



農作業中の熱中症対策



スポーツの熱中症対策



防災における熱中症対策



〈リーフレット〉

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



災害時情報提供アプリ「Safety tips」



For Android



For iPhone

新型コロナウイルス感染症対策と熱中症対策の両立

熱中症予防×コロナ感染防止



〈リーフレット〉

地域における連携強化

熱中症に関連する気象情報



熱中症から身を守るために



夏期における熱中症による
救急搬送状況



健康・医療関係の熱中症情報



その他

エアコンの早期の試運転
について



ヒートアイランド対策



マイボトルで
熱中症予防を!



内閣府



文部科学省



厚生労働省

MAFF

農林水産省



経済産業省



国土交通省



環境省



消防庁



スポーツ庁



観光庁



気象庁

効果的な換気のポイント

1. 効果的な換気（必要な換気量の確保と空気の流れの配慮）

1-1 必要な換気量の確保は感染対策の基本（必要な換気量の確保）

○機械換気による常時換気を。定期的な機械換気装置の確認やフィルタ清掃等も重要。

○機械換気は強制的に換気を行うもので、2003年7月以降は住宅にも設置。通常のエアコンには換気機能がないことに留意。
○機械換気が設置されていない場合、窓開け換気を行う。

2 方向を窓開けると換気効果が大きい。外気条件を考慮し室内環境に配慮して換気方法を選択。室内環境の目安は、温度18℃～28℃、相対湿度40%～70%が望ましい。

○必要な換気量（一人当たり換気量30m³/時を目安）を確保するため、二酸化炭素濃度を概ね1,000ppm以下に維持（※1）

必要換気量を満たしているかを確認する方法として、二酸化炭素濃度測定器（CO₂センサー）の活用が効果的。

（※1）二酸化炭素濃度1,000ppm以下については目安であり、適切な換気や気流となっていることが重要。

○必要な換気量を確保できない場合、換気扇、扇風機、サーキュレータのほか、HEPAフィルタ付きの空気清浄機（※2）の使用も考えられる。

（※2）高性能微粒子（HEPA）フィルタ付空気清浄機：空気中に浮遊する0.3μmの微粒子の99.97%以上を除去することが可能。空気清浄機は二酸化炭素濃度を下げることにはできないことに留意。

1-2 感染を防ぐための空気の流れの作り方（空気の流れの配慮）

○十分な外気の取り入れ・排気とあわせ、空気の流れにより局所的に生じる空気のよどみを解消。

エアロゾルの発生が多いエリアから排気して、反対側から外気を取り入れると、浮遊するエアロゾルを効果的に削減することが出来る。

○空気の流れを阻害しないパーティションの設置

空気の流れを阻害する高いパーティションや天井からのカーテンなどは空気の流れに対して平行に配置し、空気の通り道を設ける。

目を覆う程度の高さのパーティションは、横の人との距離を1m程度以上確保できる場合は、3方向を塞がないようにする。

（※）ビル管理法の特定建築物に該当する事業所等については、同法に基づく対応を行う。

効果的な換気のポイント (高齢者施設、学校、保育所等)

1. 効果的な換気

(換気方法)

○機械換気による常時換気を行う場合、定期的な機械換気装置の確認やフィルタ清掃等を実施。

なお、通常の家庭用冷暖房設備には、換気機能はないことに留意。

施設等の換気・空調設備を更新する際には、高い換気能力をもつ空調設備や、熱交換機能をもつ換気設備への交換を推奨。

(環境省「高機能換気設備等の導入支援事業」補助金等を活用することもある。))

○機械換気により下記の換気量の目安が確保できない場合、室温および相対湿度を18—28℃および40—70%に維持できる範囲内で、出来るだけ2方向の窓を常時開放するほか、換気用ファンやHEPAフィルタ付空気清浄機の使用など補完的な措置を検討。また、学校(幼稚園を含む)については、「学校環境衛生基準」等に基づく対応を行うこと。

(換気の際の留意点)

○必要な換気量(一人当たり換気量30m³/時を目安)を確保するため、二酸化炭素濃度を概ね1,000ppm以下に維持。また、学校(幼稚園を含む)については、常時換気に努めるなど「衛生管理マニュアル」を踏まえた適切な換気等の基本的な感染対策を徹底し、気候等に応じて、上記の補完的な措置も検討して、出来る限り1,000ppm相当の換気等に取り組むことが望ましい。なお、上記の空気清浄機は二酸化炭素濃度を下げることではできないことに留意。

○人が集合する場所は一時的に換気不足になりやすいことを踏まえ、特に、食堂、休憩室、更衣室、中廊下等においては、二酸化炭素濃度測定器(CO₂センサー)等により、混雑する時間帯でも二酸化炭素濃度が上記の目安を下回っていることを確認。

○エアロゾルの浮遊リスクが低い空間(人が少ないところ等)から浮遊リスクの高い空間(人が多いところ等)に向けた気流をつくる。パーティション等は、気流を阻害しないよう配置するとともに、施設の構造等により局所的に生じる換気不足(空気のよどみ)を解消。

○施設の構造によって適切な換気の方法が異なることを踏まえ、専門家(※)の助言を受けながら、施設全体の換気の改善に取り組むことを推奨。

(※)換気設備を設計した事業者等においては、換気状況や二酸化炭素濃度などを確認し、換気に関する改善策の助言を行っている。また、日本建築士会連合会では、換気状況や二酸化炭素濃度などの確認と換気に関する改善策の助言を行う建築士を養成することを目的に講習を実施している。

効果的な換気のポイント (高齢者施設、学校、保育所等)

2. 換気以外の取組

上記の対策以外にも、次の対応が重要。

- 施設内の食堂において第三者認証制度に準拠した感染対策を行うこと。また、学校（幼稚園を含む）の食堂については、「衛生管理マニュアル」を踏まえた感染対策を行うこと。
- 更衣室や職員控室などにおいて換気不足が生じる場合は、利用者の人数制限等を行うこと。
- 高齢者施設等において感染者がいる場合にはゾーニングを適切に行うこと。

3. 施設の特性に応じた留意点

(高齢者施設等)

○望ましい空気の流れは、“エアロゾルを発生させうる人⇒ファン(サーキュレータ・扇風機)⇒排気口(換気扇(排気)・窓+ファン)”。ファンはエアロゾルを発生させうる人の風下側に設置し、その間には立ち入らないこと。

(介護の場合は、介護者(マスク着用) ⇒ 被介護者 ⇒ 扇風機 ⇒ 排気口[排気扇や窓])
○マスクを着用していない有症状者に対し、食事、入浴、口腔介助のように飛沫が飛散する介護を行う場合、フェイスシールドとマスクの二重使用による飛沫対策を行うとともに、大量に発生するエアロゾルに対応できるよう、局所的な換気対策を実施。

○空気がスムーズに流れるように、ファンの強さや位置を調整。

(空気が流れる方向を、スモークテスター、線香、ティッシュや糸などを利用して確認。)

○二酸化炭素濃度測定器を設置することにより、更衣室、脱衣所、職員休憩室の換気の状態を常に確認するとともに、必要に応じて同時に利用する人数を制限。

○陽性者が発生した場合のゾーニングについては、専門家の助言を踏まえて設置し、ゾーン間の人の移動等の制限、PPEの使用・廃棄方法の遵守を徹底。

効果的な換気のポイント (高齢者施設、学校、保育所等)

3. 施設の特性に応じた留意点 (続き)

(学校)

- 教室の換気に加え、更衣室、中廊下、移動用の車両、学生寮など一時に多数の生徒が集まる場所において、二酸化炭素濃度測定器等により密集時の二酸化炭素濃度を測定し、換気の改善を実施。また、必要に応じて、同時に利用する人数を制限。

(保育所等)

- 施設全体の換気能力を高めるとともに、幼児が集合する場所、大型の遊具内や風通しの悪い場所などの密集時の二酸化炭素濃度を測定し、換気の改善を実施。

(施設内の食堂)

- 第三者認証制度に準拠した感染対策(※)を実施。また、学校(幼稚園を含む)の食堂については、「衛生管理マニュアル」を踏まえた感染対策を実施。
 - (※) アクリル板等の設置又は座席の間隔の確保・手指消毒の徹底・食事中以外のマスク着用の推奨・換気の徹底
- 機械換気の有無にかかわらず、二方向の窓開け等による換気を徹底。また、大人数の風下に長時間人が止まらないよう配慮。

～ 換気機能のない冷暖房設備を使っている商業施設等の皆さまへ ～

熱中症予防に留意した 「換気の悪い密閉空間」を 改善するための換気の方法

換気機能のない冷暖房設備（循環式エアコン）※¹しか設置されていない商業施設等の場合、外気温が高いときに、必要換気量を満たすための換気（30分ごとに1回、数分間窓を全開にする）※²を行うと、ビル管理法で定める居室内の温度および相対湿度の基準（28℃以下・70%以下）※³を維持できないことがあります。

新型コロナウイルス感染症のリスク要因の一つである「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気と、熱中症予防を両立するため、以下の点に留意してください。

窓を開けて換気する場合の留意点

- 居室の温度および相対湿度を28℃以下および70%以下に維持できる範囲内で、2方向の窓を常時、できるだけ開けて、連続的に室内に空気を通すこと※⁴。
 - この際、循環式エアコンの温度をできるだけ低く設定すること。
 - 1方向しか窓がない場合は、ドアを開けるか、天井や壁の高い位置にある窓を追加で開けること。
- 居室の温度および相対湿度を28℃以下および70%以下に維持しようとする、窓を十分に開けられない場合は、窓からの換気と併せて、可搬式の空気清浄機を併用※⁵することは換気不足を補うために有効であること。

空気清浄機を併用する際の留意点

- ◆ 空気清浄機は、HEPAフィルタによるろ過式で、かつ、風量が5m³/min程度以上のものを使用すること。
- ◆ 人の居場所から10m²（6畳）程度の範囲内に空気清浄機を設置すること。
- ◆ 空気のだよみを発生させないように、外気を取り入れる風向きと空気清浄機の風向きを一致させること※⁶。

熱中症の予防のためには、こまめな水分補給や健康管理など※⁷にも留意が必要です。



参考

換気機能を持つ冷暖房設備（空気調和設備）がある建築物の場合

建築物における衛生的環境の確保に関する法律（ビル管理法）における**空気環境の調整に関する基準**に適合するように**外気取り入れ量などを調整**することで、**必要換気量（一人あたり毎時30m³）※²**を確保しつつ、居室の温度および相対湿度を**28℃以下および70%以下※³**に維持してください。

ビル管理法における空気環境の調整に関する基準（抜粋）

項目	基準
二酸化炭素の含有率	100万分の1000以下（＝1000 ppm以下）
温度	1. 18℃以上28℃以下 2. 居室における温度を外気の温度より低くする場合は、その差を著しくしないこと。
相対湿度	40%以上70%以下

- ※ 1 エアコン本体に屋内空気を取り入れ口がある（換気用ダクトにつながっていない）エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、外気を取り入れ機能はないことに注意してください。
- ※ 2 換気の方法の詳細については、リーフレット「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法」を参照してください。
URL: <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000618969.pdf>
- ※ 3 ビル管理法で定める居室内の温度および相対湿度の基準（28℃以下・70%以下）を維持していれば、軽作業を連続で行う場合の熱中症予防の基準値（暑さ指数（WBGT値）29℃）を超えることはありません。
- ※ 4 窓を開ける幅は、居室の温度と相対湿度をこまめに測定しながら調節してください。また、窓を開けるときは、防犯などにも配慮してください。
- ※ 5 空気清浄機は、換気を補完する目的で使用するものですので、窓を閉めて空気清浄機だけを使用しても十分な効果は得られないことに留意してください。
- ※ 6 間仕切りなどを設置する場合は、空気の流れを妨げない方向や高さとするか、間仕切りなどの間に空気清浄機を設置するなど、空気がよどまないようにしてください。
- ※ 7 熱中症予防対策の詳細については、リーフレット「熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に！」を参照してください。

URL: <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000642298.pdf>

