

# 熱中症対策が強化されました！ TĂNG CƯỜNG CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG NGỪA SAY NẮNG!



令和 7 年 6 月 1 日施行の改正労働安全衛生規則により、熱中症対策が義務化されます。熱中症について正しい知識を身につけ、適切に対処しましょう。【労働安全衛生規則612条の2】

Quy định về an toàn lao động ban hành ngày 1/6/2025 yêu cầu bắt buộc thực hiện các đối sách phòng chống và xử lý say nắng nóng. Theo đó, cần trang bị các kiến thức đúng về say nắng để có cách xử lý phù hợp. (Theo mục 2 điều 612 về quy định vệ sinh an toàn lao động)

対象となる作業  
Đối tượng công việc



WBGTが28度以上又は気温が31度以上の環境下で、継続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

Những công việc được thực hiện liên tục hơn 1h hoặc hơn 4h/ ngày trong điều kiện chỉ số nắng nóng (WBGT) trên 28 độ hoặc nhiệt độ trên 31 độ.

## ★ 改正内容 NỘI DUNG SỬA ĐỔI ★

### 【体制整備 HOÀN THIÊN CƠ CHẾ】

熱中症による死亡災害の原因の多くは、初期症状の放置、対応の遅れによることから、熱中症の重症化を防止するため、熱中症の自覚症状を有する作業員や熱中症が生じた疑いのある作業員を発見した者がその旨を報告するための体制を事業場ごとにあらかじめ整備しておくこと。

Nguyên nhân của những ca tử vong do nắng nóng phần lớn là do bỏ qua những triệu chứng ban đầu, dẫn đến xử trí chậm trễ. Do đó, để phòng tránh triệu chứng say nắng biến chuyển nặng hơn, từng cơ sở lao động cần hoàn thiện cơ chế báo cáo kịp thời dành cho người lao động tự ý thức được tình trạng say nắng cũng như người phát hiện thấy người lao động có biểu hiện say nắng.

### 【手順の作成 TẠO QUY TRÌNH】

熱中症の自覚症状を有する作業員や熱中症が生じた疑いのある作業員への対応に関し、事業場の緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先並びに必要な措置の内容及び手順を事業場ごとにあらかじめ作成しておくこと。

Từng cơ sở sử dụng lao động cần thiết lập nội dung và quy trình xử trí cần thiết cũng như lập danh sách liên lạc khẩn cấp tại cơ sở lao động và danh sách các cơ sở y tế để được cấp cứu khẩn cấp dành cho người lao động tự ý thức được tình trạng say nắng cũng như người lao động thấy nghi ngờ có biểu hiện say nắng.



### 【関係者への周知 THÔNG BÁO ĐẾN NGƯỜI CÓ LIÊN QUAN】

当該体制や手順等について作業員へ周知すること。周知の方法には、例として、事業場の見やすい箇所への掲示、メールの送付、文書の配布のほか、朝礼における伝達等口頭によることがある。

Thông báo rộng rãi quy trình và cơ chế nói trên đến người lao động. Phương thức thông báo có thể thông qua văn bản hiển thị nơi dễ thấy, thông qua email, phát văn bản giấy, hoặc truyền đạt khi giao ban sáng,...



# STOP! 熱中症



熱中症による健康障害発生時の対応計画  
TRÌNH TỰ XỬ LÝ KHI PHÁT SINH VẤN ĐỀ VỀ SỨC KHOẺ DO NẮNG NÓNG

手順例①  
Ví dụ ①

【状況】

【TÌNH TRẠNG】

熱中症のおそれのある者を発見  
PHÁT HIỆN NGƯỜI SAY NẮNG

熱中症が疑われる症状例 Ví dụ về triệu chứng của người say nắng

【他覚症状】ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等

Biểu hiện bên ngoài: đi lảo đảo, ngáp khan, thất thần, đổ nhiều mồ hôi, co giật...

【自覚症状】めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

Biểu hiện bên trong: chóng mặt, đau nhức cơ, đau đầu, khó chịu, buồn nôn, mệt mỏi, sốt cao



【実施事項】

【CÁC MỤC THỰC HIỆN】

作業離脱、身体冷却

DỪNG CÔNG VIỆC ĐANG LÀM, LẬP TỨC LÀM MÁT CƠ THỂ



【判断】

【XÁC NHẬN TÌNH TRẠNG】

意識の異常

BẤT THƯỜNG VỀ Ý THỨC CỦA NGƯỜI BỆNH

「意識の有無」だけで判断するのではなく、①返事がおかしい、②ぼーっとしているなど、普段と様子がおかしい場合も異常等ありとして取り扱うことが適当。判断に迷う場合は、安易な判断は避け、専門機関や医療機関に相談し専門家の指示を仰ぐこと。なお、総務省消防庁による、救急安心センター事業（＃7119）は、令和7年5月21日現在において秋田県においてはサービス未実施地域となっている。

Không chỉ đơn thuần dựa vào việc người bệnh có ý thức hay không, trường hợp người bệnh có ý thức nhưng không rõ ràng hay khác với bình thường, ví dụ như ① phản ứng mơ hồ, ② ngẩn người, đều có thể xác nhận là triệu chứng say nắng. Trường hợp không tự xác định được có thể liên hệ với các cơ quan y tế hoặc cơ sở chuyên môn để nhận chỉ thị.

Theo phòng Tổng vụ của sở Cứu thương, thì dịch vụ Trung tâm cấp cứu (＃7119), tính đến thời điểm 21/5/2025, chưa được thực hiện tại tỉnh Akita.



異常等あり  
Có bất thường

【実施事項】 Các mục thực hiện

救急隊要請Yêu cầu đội ngũ chuyên môn đến sơ cấp cứu

※医療機関までの搬送の間や経過観察中は、1人にしない（単独作業の場合は常に連絡できる状態を維持する）

Trong khi theo dõi triệu chứng hay khi chờ cơ quan y tế nhập cuộc, không để bệnh nhân một mình (trường hợp thực hiện sơ cứu một người cần chú ý luôn giữ liên lạc)

自力での水分摂取ができない  
Bệnh nhân không thể tự uống nước.

【実施事項】 Xác nhận tình trạng  
医療機関への搬送  
Đưa bệnh nhân đến cơ quan y tế.

回復しない、症状悪化 Không có dấu hiệu hồi phục, triệu chứng trở

【回復】

【HỒI PHỤC】

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ定めておくこと Sau khi hồi phục sức khỏe cũng có những trường hợp tình trạng chuyển biến xấu hơn, cần theo dõi sát sao và xử lý cũng như liên lạc kịp thời.

|                        |                                             |
|------------------------|---------------------------------------------|
| 責任者<br>NGƯỜI PHỤ TRÁCH | (氏名、連絡先) (Họ tên, địa chỉ liên hệ)          |
| 医療機関<br>CƠ SỞ Y TẾ     | (名称、電話、住所) (Tên cơ sở, điện thoại, địa chỉ) |



熱中症による健康障害発生時の対応計画  
TRÌNH TỰ XỬ LÝ KHI PHÁT SINH VẤN ĐỀ VỀ SỨC KHOẺ DO NẮNG NÓNG

手順例②  
Ví dụ ②

【状況】

【TÌNH TRẠNG】

熱中症のおそれのある者を発見  
PHÁT HIỆN NGƯỜI SAY NẮNG

熱中症が疑われる症状例 Ví dụ về triệu chứng của người say nắng

【他覚症状】ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等

Biểu hiện bên ngoài: đi lảo đảo, ngáp khan, thất thần, đổ nhiều mồ hôi, co giật,...

【自覚症状】めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

Biểu hiện bên trong: chóng mặt, đau nhức cơ, đau đầu, khó chịu, buồn nôn, mệt mỏi, sốt cao



【実施事項】

【CÁC MỤC THỰC HIỆN】

作業離脱、身体冷却

DỪNG CÔNG VIỆC ĐANG LÀM, LẬP TỨC LÀM MÁT CƠ THỂ



【判断】

【XÁC NHẬN TÌNH TRẠNG】

意識の異常

BẤT THƯỜNG VỀ Ý THỨC CỦA NGƯỜI BỆNH

「意識の有無」だけで判断するのではなく、①返事がおかしい、②ぼーっとしているなど、普段と様子がおかしい場合も異常等ありとして取り扱うことが適当。判断に迷う場合は、安易な判断は避け、専門機関や医療機関に相談し専門家の指示を仰ぐこと。なお、総務省消防庁による、救急安心センター事業（#7119）は、令和7年5月21日現在において秋田県においてはサービス未実施地域となっている。

Không chỉ đơn thuần dựa vào việc người bệnh có ý thức hay không, trường hợp người bệnh có ý thức nhưng không rõ ràng hay khác với bình thường, ví dụ như ① phản ứng mơ hồ, ② ngẩn người, đều có thể xác nhận là triệu chứng say nắng. Trường hợp không tự xác định được có thể liên hệ với các cơ quan y tế hoặc cơ sở chuyên môn để nhận chỉ thị.

Theo phòng Tổng vụ của sở Cứu thương, thì dịch vụ Trung tâm cấp cứu (#7119), tính đến thời điểm 21/5/2025, chưa được thực hiện tại tỉnh Akita.

【実施事項】

【CÁC MỤC THỰC HIỆN】

医療機関への搬送・救急隊の要請

ĐƯA BỆNH NHÂN ĐẾN CƠ SỞ Y TẾ/ YÊU CẦU ĐỘI NGŨ SƠ CỨU CÓ CHUYÊN MÔN

医療機関への搬送に際しては、必要に応じて、救急隊を要請すること。また、医療機関までの搬送の間や経過観察中は、1人にしない（単独作業の場合は常に連絡できる状態を維持する）

Việc đưa bệnh nhân đến cơ sở y tế trường hợp cần thiết phải nhờ đội ngũ cấp cứu có chuyên môn. Trong khi theo dõi triệu chứng hay khi chờ cơ quan y tế nhập cuộc, không để bệnh nhân một mình (trường hợp thực hiện sơ cứu một người cần chú ý luôn giữ liên lạc)

【回復】

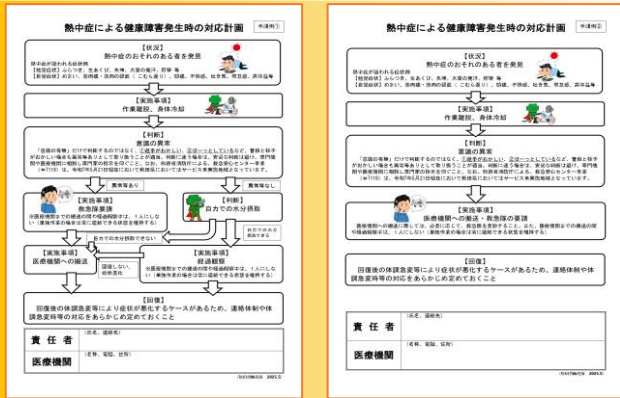
【HỒI PHỤC】

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ定めておくこと

Sau khi hồi phục sức khỏe cũng có những trường hợp tình trạng chuyển biến xấu hơn, cần theo dõi sát sao và xử lý cũng như liên lạc kịp thời.

|                        |                                             |
|------------------------|---------------------------------------------|
| 責任者<br>NGƯỜI PHỤ TRÁCH | (氏名、連絡先) (Họ tên, địa chỉ liên hệ)          |
| 医療機関<br>CƠ SỞ Y TẾ     | (名称、電話、住所) (Tên cơ sở, điện thoại, địa chỉ) |

## VÍ DỤ VỀ TẠO LẬP QUY TRÌNH XỬ LÝ



xử lý như hệ thống liên lạc báo cáo khẩn cấp, hoặc cơ sở y tế có thể tiếp nhận bệnh nhân đều có thể download trên trang chủ của cục Lao động Akita. Hãy tham khảo nếu cần ở link trên đây.

クールワークステッカー(秋田労働局版) LOGO CHIẾN DỊCH LÀM VIỆC MÁT MỎ (PHIÊN BẢN CỤC LAO ĐỘNG AKITA)



秋田労働局では、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」の周知及び取組意識の向上に活用するため『Cool work AKITA』のロゴマークを作成しました。ロゴマークを活用し、職場内の熱中症予防を呼び掛けましょう。データは以下のURLからダウンロードできます。URL：<https://jsite.mhlw.go.jp/akita-roudoukyoku/content/contents/002256434.jpg>

Cục lao động Akita đã thiết kế logo Cool work AKITA nhằm nâng cao ý thức và truyền tải thông điệp "STOP! chứng say nắng - chiến dịch làm việc mát mẻ". Hãy sử dụng logo này để kêu gọi mọi người cùng có ý thức phòng ngừa tình trạng say nắng tại nơi làm việc. Logo có thể download tại link trên đây.



クールワークキャンペーン  
CHIẾN DỊCH LÀM MÁT NGÀY HÈ



厚生労働省が主唱する令和7年クールワークキャンペーンや令和7年6月1日から施行となる熱中症対策に係る労働安全衛生規則改正用リーフなど、熱中症に関する資料や情報が得られる、職場における熱中症対策ポータルサイトをご活用下さい。

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

**Các tài liệu và thông tin liên quan đến chiến dịch làm mát ngày hè được bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi xã hội khởi xướng, các tờ rơi về nội dung sửa đổi luật an toàn lao động liên quan đến đối sách phòng tránh và xử lý khi say nắng (thực thi từ ngày 1/6/2025) có thể download tại link trên đây.**



※リーフレット内の内容に関するお問い合わせは、秋田労働局 労働基準部 健康安全課（TEL：018-862-6683）までお問い合わせ下さいThắc mắc liên quan đến nội dung tờ rơi xin hãy liên hệ ban An toàn sức khoẻ lao động thuộc phòng Tiêu chuẩn lao động, cục Lao động Akita (Tel: 018-862-6683)