

# 熱中症予防対策 キャンペーン in 横浜開港祭

神奈川健康づくり推進会議

PR活動実施場所

臨港パーク内 海側出展ブースB-40



2018年6月1日[金]・2日[土]

会場

臨港パーク及びみなとみらい21地区  
新港地区／その他周辺

# 第13次労働災害防止計画の目標

第13次労働災害防止計画（厚生労働省・神奈川県）

- 職場での熱中症による死亡者数を2013年～2017年の5年間と比較して2018年～2022年の5年間で5%以上減少させる

# 熱中症予防対策(平成30年度クールワークキャンペーン)の取組

平成30年2月28日  
【期会先】  
労働基準局安全衛生部労働衛生課  
課長 神ノ田 昌博  
主任中央労働衛生専門官 丹羽 啓達  
(代表電話) 03(3253)1111(内線 5498)  
(直通電話) 03(3502)6755

報道関係者各位

## 平成30年度「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します

～関係団体などと連携した職場における熱中症予防対策を5月から実施。「平成29年の職場における熱中症による死傷災害の発生状況(速報値)」を併せて公表～

厚生労働省では、労働災害防止団体などとともに、職場における熱中症 ※1 予防対策の一層の推進を図るため、平成30年4月を準備期間、5月から9月までを実施期間とする「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施します。また、併せて「平成29年の職場における熱中症による死傷災害の発生状況(速報値)」を公表します。

### ■「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」の実施

このキャンペーンは、昨年初めて実施し、今年で2回目の取り組みになります。厚生労働省では、キャンペーンを通じて、労働災害防止団体等と連携した事業場への周知・啓発や、熱中症予防対策に関するセミナーの実施や教育用ツールの提供などを行うことで、熱中症予防対策の徹底を図り、重篤な熱中症災害を防止することを目指します。

### ■平成29年の職場における熱中症による死傷者の状況(速報値)

平成29年の職場における熱中症の発生状況(速報値)を見ると、死亡者数は7月に10人、8月に6人で、平成28年(発生状況(確定値))と比較して計4人増加する結果となりました。死亡災害の発生状況からは、WBGT値※2(暑さ指数)計を事業場で準備していないために作業環境の把握や作業計画の変更ができていない例や、熱中症になった労働者の発見や救急搬送が遅れた例、事業場における健康管理を適切に実施していない例などが見られます。このようなことから、職場における熱中症対策がまだ十分に浸透していなかったと考えられ、熱中症予防対策の徹底を図ることが必要です。

#### ※1 熱中症とは

高温多湿な環境下において、体内の水分と塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症する障害の総称。

めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛・気分不快・吐き気・嘔吐(おうと)・倦怠(けんたい)感・虚脱感、意識障害・痙攣(けいれん)・手足の運動障害、高体温などの症状が現れる。

#### ※2 WBGT値とは

気温に加え、湿度、風速、輻射(放射)熱を考慮した暑熱環境によるストレスの評価を行う暑さの指数。

■別添資料1「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン概要及び実施要領」

■別添資料2「職場における熱中症による死傷災害の発生状況(平成30年1月末現在速報値)」

# 熱中症予防対策(平成30年度クールワークキャンペーン)の取組

## ■ 「STOP : 熱中症 クールワークキャンペーン」の概要

### 1 趣旨

本キャンペーンでは、夏季における熱中症予防対策の推進を図るとともに、農業など農事を行うためには、作業場における適切な温度や湿度等の維持管理の重要性を特に顕著的に実施し、農業など農事活動の防止するにとり取り組むこと。

### 2 期間

平成30年5月1日から9月30日まで  
なお、4月を準備期間とし、政府主催の取組である熱中症予防策化月間の7月を農業関連期間とする。

### 3 主催

厚生労働省、中央労働災害防止協会、建設業労働災害防止協会、国土労働衛生事業労働災害防止協会、港湾労働衛生事業労働災害防止協会、林業・木材関連労働災害防止協会、一般社団法人日本労働安全衛生コンサート会、一般社団法人全国労働者協会

### 4 協賛

一般社団法人日本気象協会、一般社団法人日本環境計測協会

### 5 後援(予定)

国原省庁

### 6 キャンペーン期間中の主な取組

- (1) 熱中症予防に関する調査研究等に関する調査、発表、熱中症予防策に関するセミナーの実施
- (2) 報道発表活動等、消費者運動等による事業者への啓発・啓蒙

### 7 主催等及び協賛等による取組

- (1) 主催等及び協賛等による調査発表の実施
- (2) 全国気象協会における農業事業に関する調査発表等に関する取組の実施

### 8 キャンペーン期間中の各事業者で実施していただくべき事項

- (1) 準備期間中(4月)
  - STOP 策(暑さ対策)計画の策定
  - 現場の暑熱環境下における作業時間等の把握
  - 作業中に発生する労働者等の健康状態等の対応の確保
- (2) キャンペーン期間中(5月から9月)
  - STOP 策(暑さ対策)の把握・評価
  - 作業計画に基づき、STOP 策実施を大抵に定める場合の作業時間の把握
  - 作業場の暑熱状態等の把握
- (3) 農作業期間中(7月)
  - STOP 策効果評価の追加実施
  - 水分や塩分摂取の確保
  - 農作業の休息取りの確保



Thanks to the port

2018年6月1日[金]・2日[土]

会場

臨港パーク及びみなとみらい21地区  
新港地区/その他周辺

## 08 ブース出展

様々な業種・団体等でブースを  
ご出展いただけます。

**設置場所** 臨港パーク敷地内

**設置期間** 開港祭開催期間中



熱中症予防対策  
ブースのイメージ

当日は、青いTシャ  
ツのスタッフがブ  
ース内でPR活動  
を行います

平成30年度(第37回)「参加」は6月1日(金) 6月2日(土)



今年の開港祭でのブース出展の様子  
熱中症予防対策PR活動は  
今年が初めての試みとなります  
是非、お立ち寄りください



たくさんの市民の方々にPRができます!



楽しい展示がいっぱいありました!

# 昨年の開港祭でのブース出展の様子(ご参考)



63ものブースが出展されました!



担当者の方々も暑い中を頑張って下さいました!



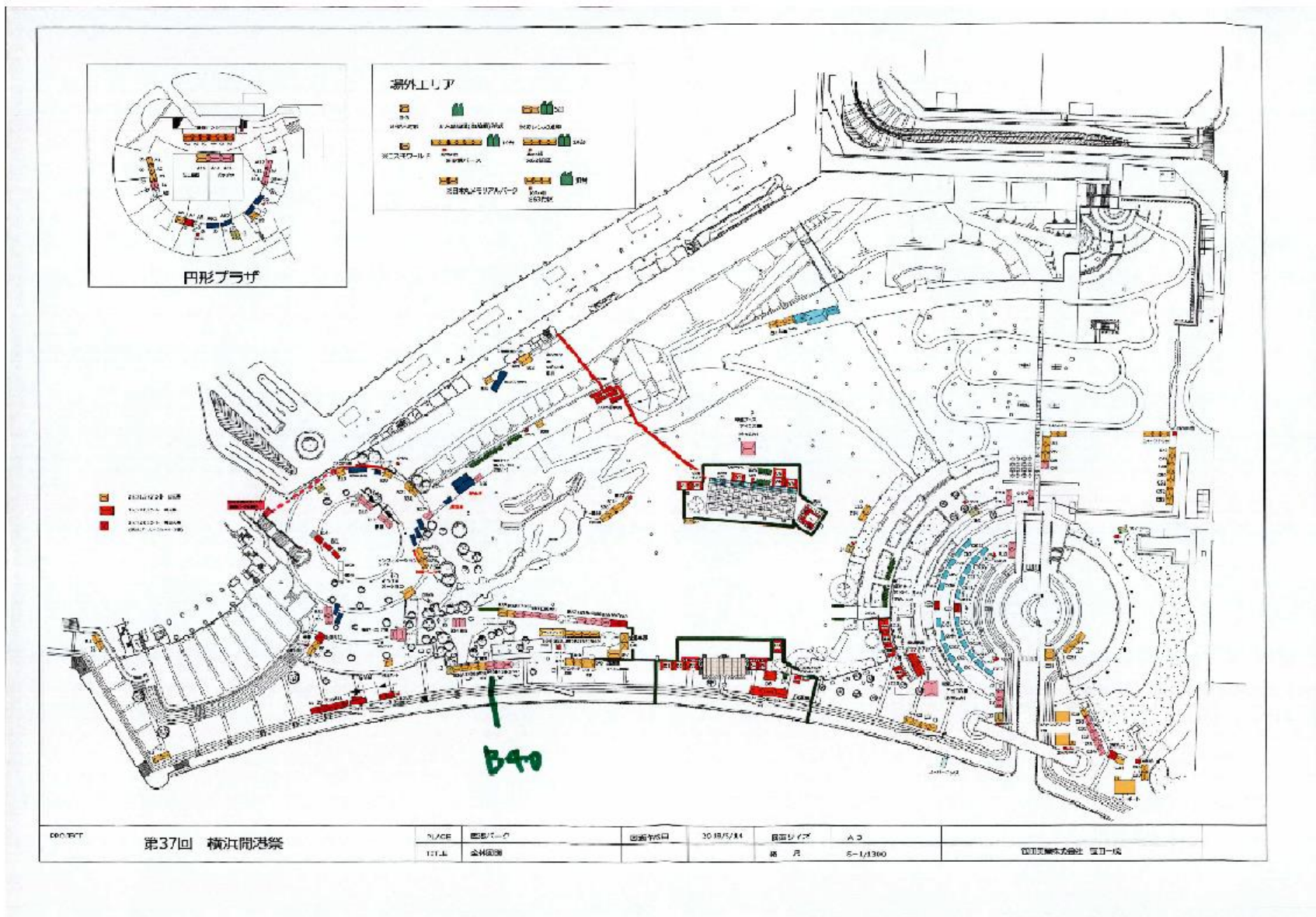
お得なブースもたくさんありました!



お子様にも大人気でした!



# 横浜開港祭の熱中症予防対策ブース出展位置[B-40]



# ブース内掲示パネルのサンプル









# ブース内・テーブル上に配置、配布用リーフ等のサンプル

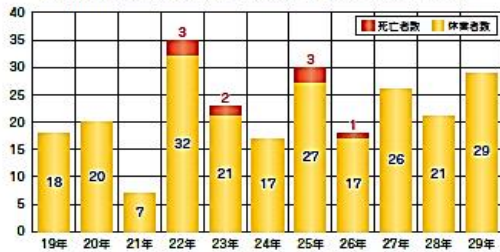
## 熱中症を防ごう!

### 職場における熱中症予防対策のポイント

平成29年の熱中症による休業4日以上の労働災害は29件で、業種別では、建設業で12件、製造業で4件、ビルメンテナンス業で3件のほか、運送業、貨物取扱業や介護事業において発生しています。

熱中症に対しては、正しい知識と適切な予防対策や応急処置が必要です。本格的な夏を迎える前から、熱中症の予防対策を計画的に進めましょう。

神奈川県内における熱中症発生状況（休業4日以上の災害）



勤務が終わり帰宅してから、症状が悪化し救急搬送される方が出ています。日中から熱中症の症状（頭痛、気分の不快、吐き気など）が見られ、特段の措置が取られない場合はもとより、休憩の取得や作業の中断を行っても体調が回復しない場合があります。

本人や周りが異常を感じたら、体温を下げるようにし、通常の体調に戻らない場合は、早めに医師の診察を受けましょう。

### 熱中症とは?

高温、多湿の環境下で、体内の水分及び塩分のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害の総称で、症状などにより次のように分類されます。

I度	めまい・失神…「立ちくらみ」のこと。「熱失神」と呼ぶこともあります。 筋肉痛・筋肉の硬直…筋肉の「こむら返り」のこと。「熱痙攣」と呼ぶこともあります。 大量の発汗	重症度 小 ↓ 重症度 大
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。従来「熱疲労」と言われていた状態です。	
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、ガクガクと引きつりがある、まっすぐに歩けない、など。 高体温… 体に触れると熱いという感覚があります。従来「熱射病」と言われていたものが相当します。	

神奈川県産業保健総合支援センター

### 熱中症を防ぐには

直射日光等により高温・多湿になる屋外作業場所などでは、熱中症を予防するための対策に努めてください。

#### 1 作業環境管理

- (1)休憩場所の整備など
  - ・冷房を備えた休憩場所・日陰などの涼しい休憩場所の設置
  - ・氷、冷たいおしぼりなどの身体を適宜に冷やすことのできる物品や設備の設置
  - ・飲料水・塩分などの備付け

#### (2)暑さ指数 (WBGT値) の活用など

- ※暑さ指数 (WBGT値) とは、①温度、②湿度、③輻射熱の3つを取り入れた指標で、単位は気温と同じ「℃」で示されます。
- ※「WBGT指数計」について、JIS規格が制定されています。

#### 2 作業管理

- (1)作業時間の短縮など
  - ・作業の休止時間・休憩時間の確保、連続作業時間の短縮、身体作業強度が高い作業の回避
- (2)熟への慣れ・適応 (順化)
  - ・計画的な熟への順化期間の設定
- (3)水分・塩分の摂取、透湿性・通気性の良い服装の着用
- (4)作業中の巡視

#### 3 健康管理

- (1)健康診断結果に基づく対応など
  - ・健康診断結果などによる作業者の健康状態の把握 (糖尿病、高血圧、心疾患などの疾患は、熱中症の発症に影響を与えるおそれがあります)
- (2)日常の健康管理など
- (3)労働者の健康状態の確認など

#### 4 労働衛生教育

- 作業を管理する者及び労働者に対して
  - (1)熱中症の症状 (2)熱中症の予防方法 (3)緊急時の救急処置 (4)熱中症の事例
 についてあらかじめ教育を行うこと。
- ※新たに労働衛生教育の「事項」・「範囲」・「時間」が示されました。 <基安発0229号平成28年2月29日>

### 救急処置

あらかじめ緊急連絡網を作成し、関係者に知らせておいてください。また、作業現場の近くの病院や診療所の場所を確認してください。少しでも異常が見られたら、下記の手当てを行ってください。

呼びかけに対する返事がおかしいなど意識障害がある場合、自力で水分が摂取できない場合、症状が回復しない場合、その他必要と認める場合には、直ちに医療機関に搬送してください。

#### WBGT値と気温、相対湿度との関係

		相対湿度 (%)																
		20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
WBGT値 (℃)	40	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
	38	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
	36	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
	34	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
	32	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37
	30	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
	28	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
	26	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	24	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
	22	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
	20	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
	18	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
	16	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
	14	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
8	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
6	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
4	0	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
2	0	0	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
0	0	0	0	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	

### 手当の方法

- ・暑い現場から涼しい日陰か、冷房が効いている部屋などに移す。
- ・水や塩分を取らせる。
- ・衣類を緩めて(場合によっては脱がせて)、体から熱の放射を助ける。
- ・うちわ、扇風機の風に当てたり、氷嚢などがあれば、それを首、腋の下、足の付け根に当てる。

ご不明な点がございましたら右記までお問い合わせください

神奈川県労働局 健康課 (☎045-211-7353) 各労働基準監督署



# ブース内・テーブル上に配置、配布用リーフ等のサンプル

## 熱中症に気をつけよう

「熱中症」は、気温や湿度が高い時期に多く発生します。  
日ごろから注意して熱中症を防ぎましょう！

### ○熱中症にならないために

のどが渇いていなくても、こまめに水分をとる  
十分な睡眠と食事に気をつける  
外出時は、日差しを避ける  
屋内を涼しくする



### ○熱中症になりやすい人

子どもや高齢者、二日酔い、寝不足、屋外で仕事や運動をする人

### ○原因

気温や室温が高い  
風が少ない屋内  
日差しが強い



### ○症状

めまい、立ちくらみ、体のほてり、体がだるい、  
頭痛、吐き気、手足がつる等



自力で水が飲めない、意識がない場合はすぐに救急車を!!

参考「環境省熱中症予防情報サイト」<http://www.wbgt.env.go.jp/>

Otsuka 大塚製薬は 神奈川県と 包括協定を締結し、熱中症対策を推進しています。

こまめな水分 + 電解質補給で  
**熱中症対策をしよう!**  
Protect Yourself From Heat Disorders

過度な糖分と塩分を含んだイオン飲料を補給しよう

汗をかくと水分と一緒に塩分も失われます。水分だけを飲んでいると体液が薄くなってしまい、身体がそれを取り止めるのにのどが渇き止む、水分を補給することができない状態におちいることがあります。適度な糖分とナトリウムを100ml中に40～80mg、0.1～0.2%の塩分を含んだイオン飲料は電解質をスムーズに補給でき、すばやく吸収されます。

みなさまの健康が神奈川県の活力です。  
【後援】中央労働災害防止協会 公益財団法人神奈川県体育協会 NPO法人職業キャスターネットワーク

# ブース内・テーブル上に配置、配布用リーフ等のサンプル

## 熱中症に注意しましょう！

### 高齢者では特に注意が必要です！

昨年、横浜市の熱中症で搬送された人の約4割が高齢者で、その5割以上が室内で発症し、高齢になると症状が重くなる傾向がありました。

**温度計を設置しましょう！**

**晴れた日は、もう1杯多く水分を摂りましょう！**



○ 高齢になると、暑さへの感覚が低下するため、温度計を見て室温の上がり過ぎに注意しましょう！

○ 夏の晴れた日に熱中症が多発します。脱水防止のため水分を摂りましょう！（心不全、高血圧の方は主治医に相談してください。）

**室温が、28度を超えないようにエアコンをつけましょう！**

○ 気温が30度を超えると熱中症になる人が急増します。目安として、室温が28度を超えないように、エアコンを活用しましょう！

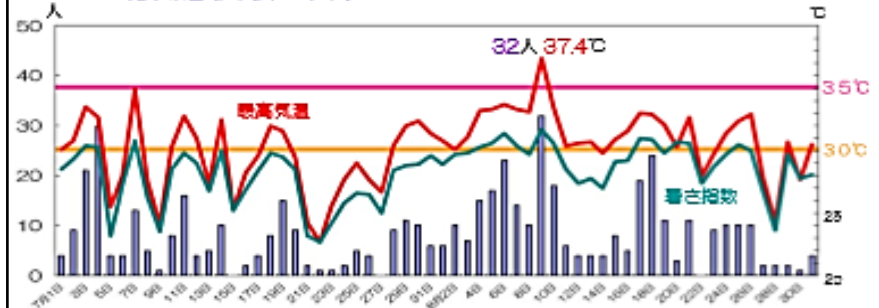


**周りの人も高齢者の熱中症に気を配りましょう！**

○ 徐々に気温の上がる室内では、高齢者自身が気づかないうちに熱中症になることがあります。周りの人も注意してください！

## 熱中症対策について

- 救急搬送者は、まだ身体が暑さに慣れていない時期の**蒸し暑い日**や、**真夏の気温の高い日**に増加する傾向があります。  
熱中症は**適切な予防**で防げる病気です。正しい知識を持ち、熱中症による健康被害を防ぎましょう。





# ブース外・ノボリのサンプル



# クイズ回答者への景品のサンプル



大塚製薬 ポカリスエット ゼリー 180g

開港祭当日、会場でクイズに参加して、回答していた方へ

「熱中症対策グッズ」

と合わせて  
「熱中症」から身を守る  
予防と応急措置のポイントを  
差し上げます。

- 原材料:砂糖、果糖ぶどう糖液糖、果汁、寒天、食塩、香料、酸味料、増粘多糖類、塩化K、乳酸Ca、調味料(アミノ酸)、塩化Mg、酸化防止剤(ビタミンC)
- 商品サイズ(高さx奥行x幅):126mm×41mm×80mm



# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈



## 熱中症クイズ



**Q1** 熱中症に関係あるのは気温だけ

**Q2** 子供は熱中症のリスクが高い

**Q3** 汗かいていない日は水分補給をしなくても大丈夫

**Q4** 水分補給は何を飲んででも一緒

アンケートにお答えください。

Q1. 熱中症対策としておこなっていることはありますか？  
(スポーツドリンクなどの塩分が含まれている飲料の摂取、冷房機器の活用 など)

[ ]

Q2. 熱中症対策について知りたいことはありますか？

[ ]

# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈

**A1** 熱中症に関係あるのは気温だけ


×

## 熱中症を引き起こす条件

### 環境

- 気温が高い
- 湿度が高い
- 風が弱い
- 日差しが強い
- 閉め切った室内
- エアコンがない
- 急に暑くなった日
- 熱波の襲来

### からだ

- 高齢者、乳幼児、肥満
  - 持病  
(糖尿病、心臓病、精神疾患など)
  - 低栄養状態
  - 脱水状態  
(下痢、インフルエンザなど)
  - 体調不良  
(二日酔い、寝不足など)
- 

### 行動

- 激しい運動
- 慣れない運動
- 長時間の屋外作業
- 水分補給がしにくい



熱中症を引き起こす可能性

# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈

## A2 子供は熱中症のリスクが高い

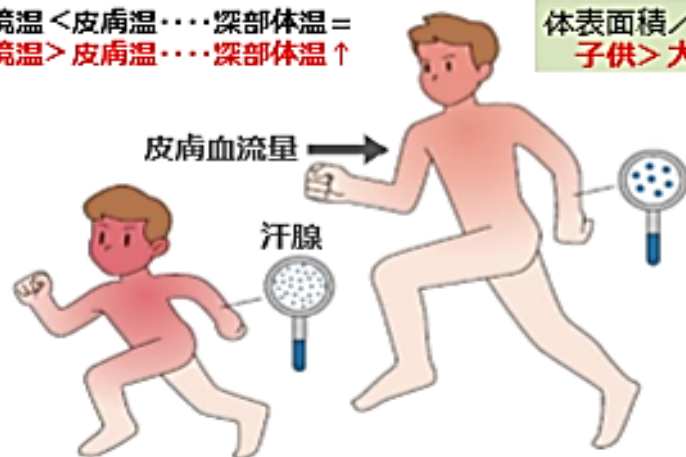


### 子供の暑熱反応特性

子供達は汗っかきではない

環境温 < 皮膚温 …… 深部体温 =  
環境温 > 皮膚温 …… 深部体温 ↑

体表面積 / 体重  
子供 > 大人



※ここでいう子供とは7～12歳を指す

### 【脱水の要因】

体液量が多い

体重あたりの  
不感蒸泄が多い

腎機能の発達  
が十分でない

水分の出入り  
比率が大きい

### 熱中症



- 喉の渇きに応じた適切な飲水行動の奨励
- 涼しい環境下での十分な休息

### 効率的な体温調節が困難

- 環境温が皮膚温より高く、輻射熱の大きな条件下では、熱は体に入ってくることになり、体表面積の広い子供は体温調節に不利な方向に働く
- 発汗能力が未発達なため、深部体温が大人より大きく上昇し、熱中症のリスクが急増する

# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈

**A3** 汗かいていない日は水分補給をしなくても大丈夫

×

## 水分の摂取量と排泄量

摂取量



排泄量



不感蒸泄に汗は含まれない

体液はいつも同じ量でバランスが保たれている



# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈

**A4** 水分補給は何を飲んででも一緒

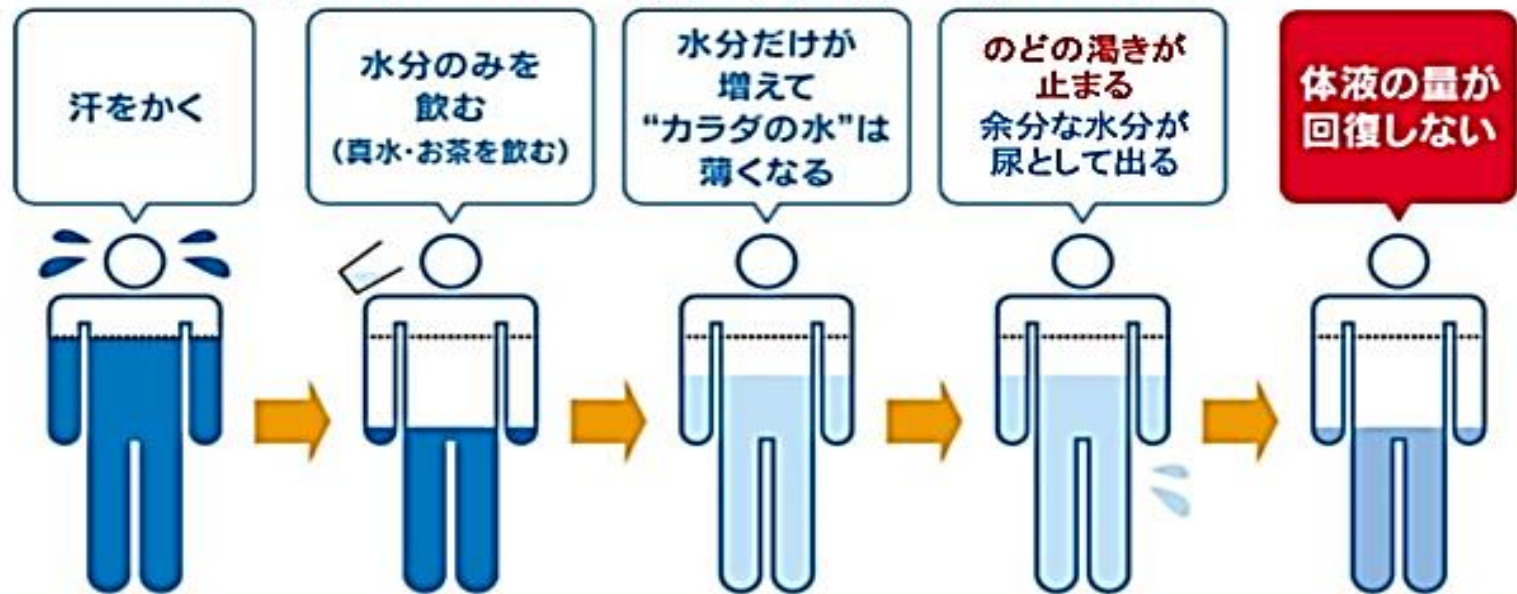
×

## 水分補給時の自発的脱水に注意

**自発的  
脱水とは**

脱水時に水だけを飲んだ際、体液の塩分濃度が低下し、のどの渇きが止まるために飲水行動が停止すること。このとき身体は体液の塩分濃度を戻そうとして、尿で水分を排泄させようとする（水利尿）。

脱水したときにお茶や水だけを飲んでみると…



体液のバランスを意識し、水分と塩分の補給が重要

# 熱中症クイズー回答者に景品を進呈

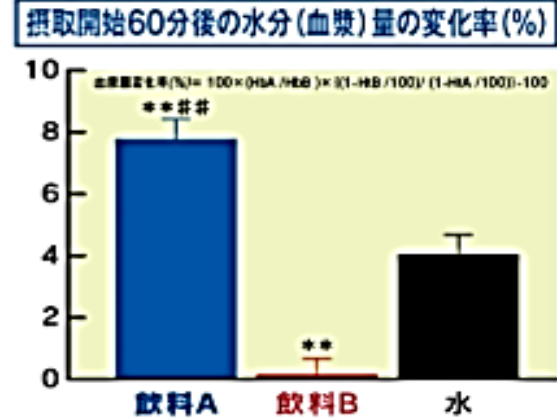
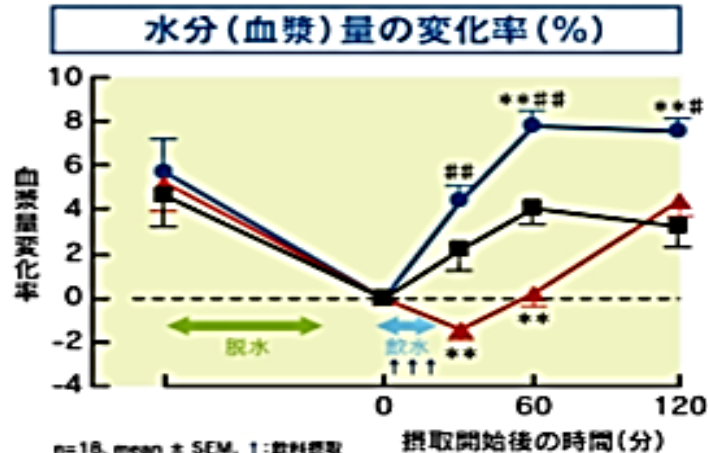
## A4-2 水分補給は何を飲んでも一緒



### 必要なのはぶどう糖と果糖

2つの糖が含まれているとカラダに速く水分が吸収されます。  
果糖だけでは水よりもカラダに吸収されにくくなります。

水分(血漿)が増えた  
↑  
水分(血漿)が減った



体育の科学 Vol.62 No.7 2012を改題

POINT

カラダへの吸収が速いぶどう糖と果糖が含まれた飲料がおすすめ

## 神奈川県健康づくり推進会議 構成員 名簿

機関・団体	
[議長] (公社) 神奈川県労働安全衛生協会	中央労働災害防止協会 関東安全衛生サービスセンター
神奈川県 産業労働局 労働部	(公社) 神奈川県医師会
神奈川県 保健福祉局 保健医療部	(一社) 神奈川県歯科医師会
横浜市 健康福祉局 健康安全部 保健事業課	(公財) かながわ健康財団
(公社) 神奈川県労働安全衛生協会	(独)労働者健康安全機構 神奈川県産業保健総合支援センター
建設業労働災害防止協会 神奈川支部	川崎南労働基準監督署
陸上貨物運送事業労働災害防止協会 神奈川県支部	藤沢労働基準監督署
港湾貨物運送事業労働災害防止協会 神奈川総支部	相模原労働基準監督署
林業・木材製造業労働災害防止協会 神奈川県支部	[事務局] 神奈川県労働局 労働基準部 健康課