

熱中症対策セミナー



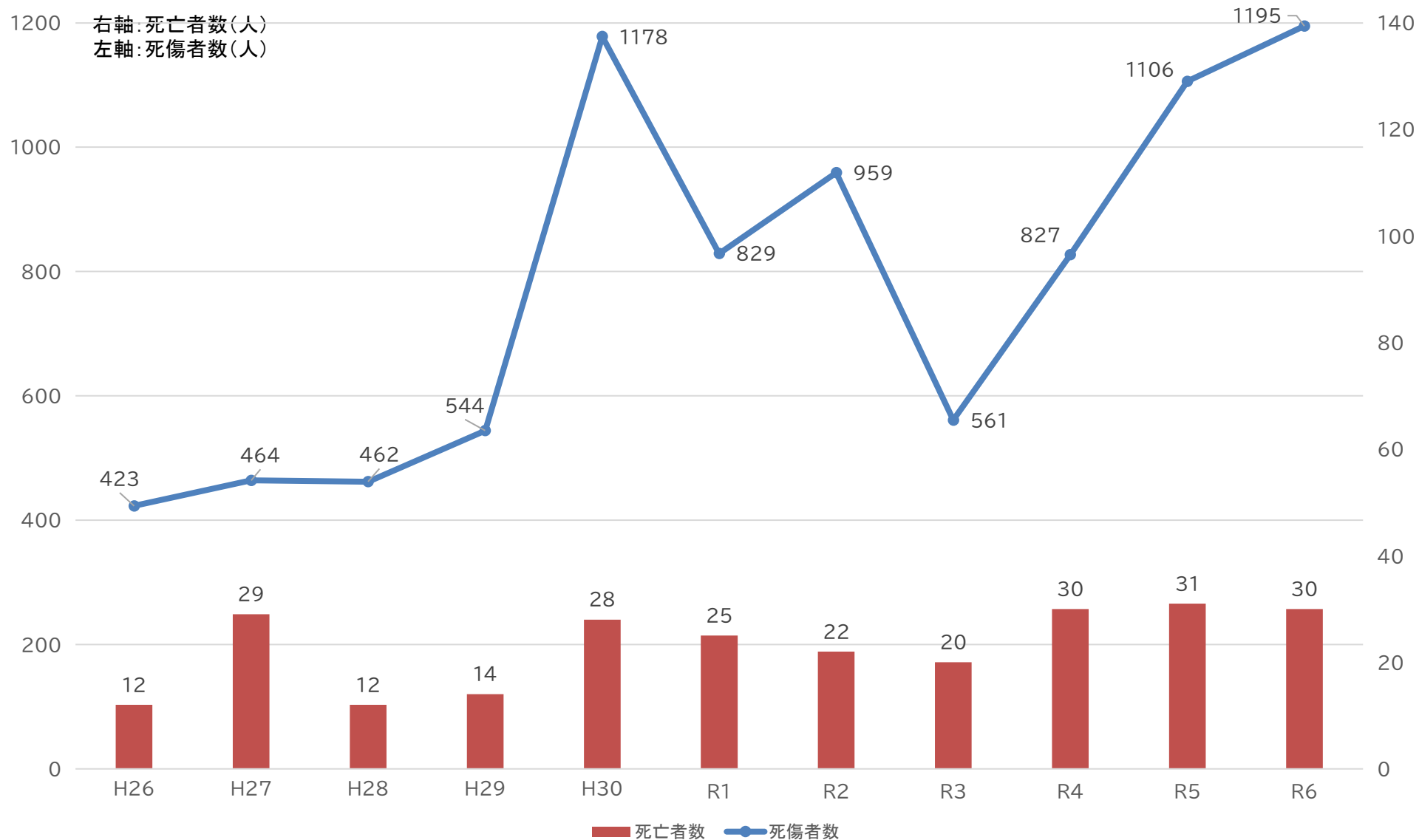
STOP! 熱中症クールワークキャンペーン等について

令和7年4月23(水)

埼玉労働局労働基準部健康安全課

課長 川又 裕子

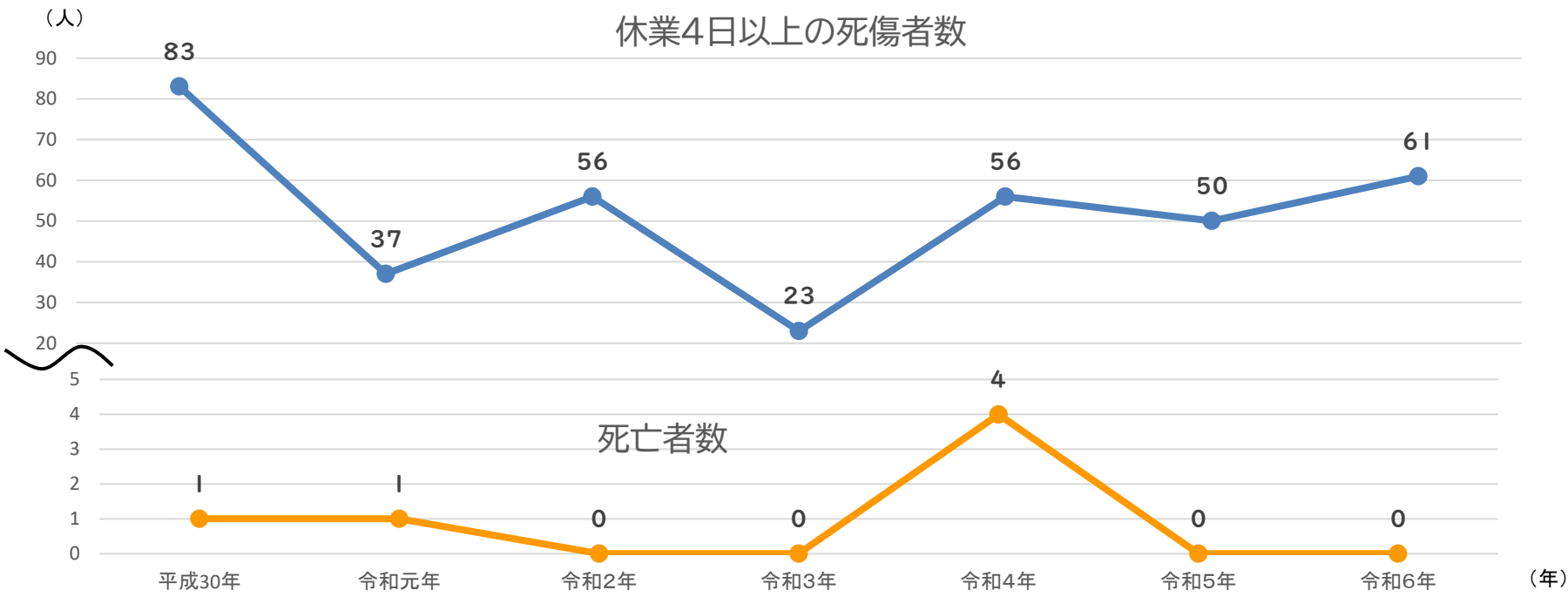
職場における熱中症による死傷者数の推移（全国）



業務上疾病調：厚生労働省（死傷者数は休業4日以上、死傷者数には死亡者数を含む）

埼玉の職場における熱中症による死傷者数の推移

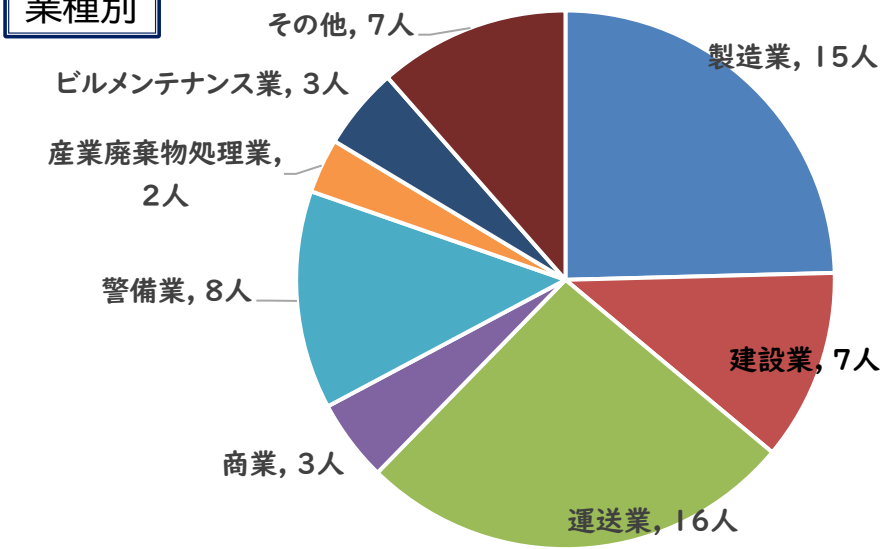
昨年は猛暑であったが、死亡者数は0、休業4日以上之死傷災害は増加(令和7年1月末速報値)



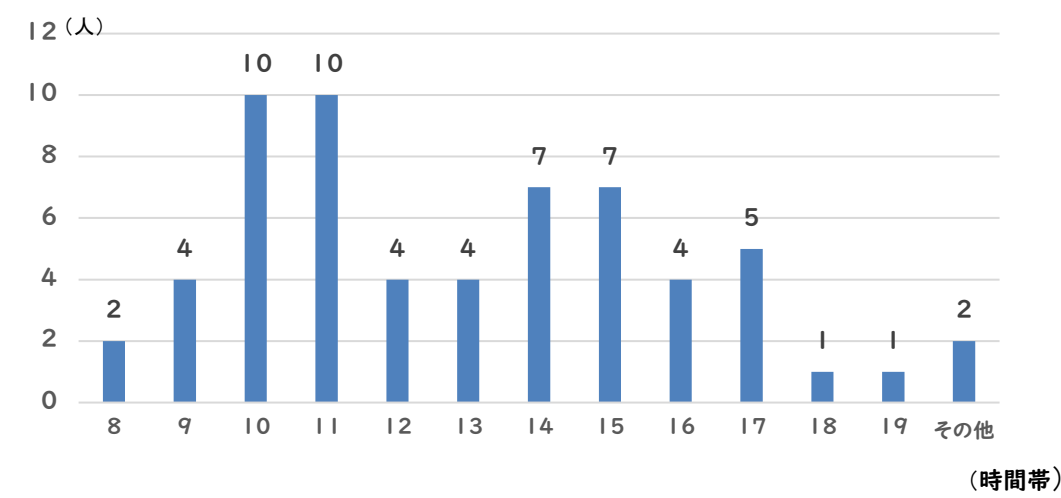
埼玉の職場における熱中症発生状況（令和6年）

令和7年1月末速報値

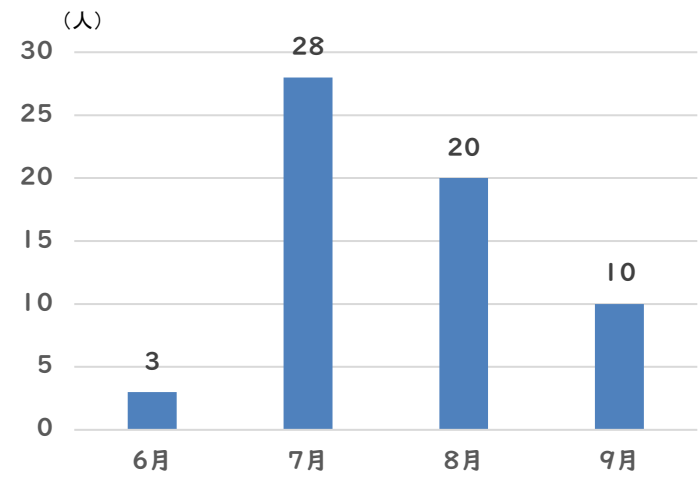
業種別



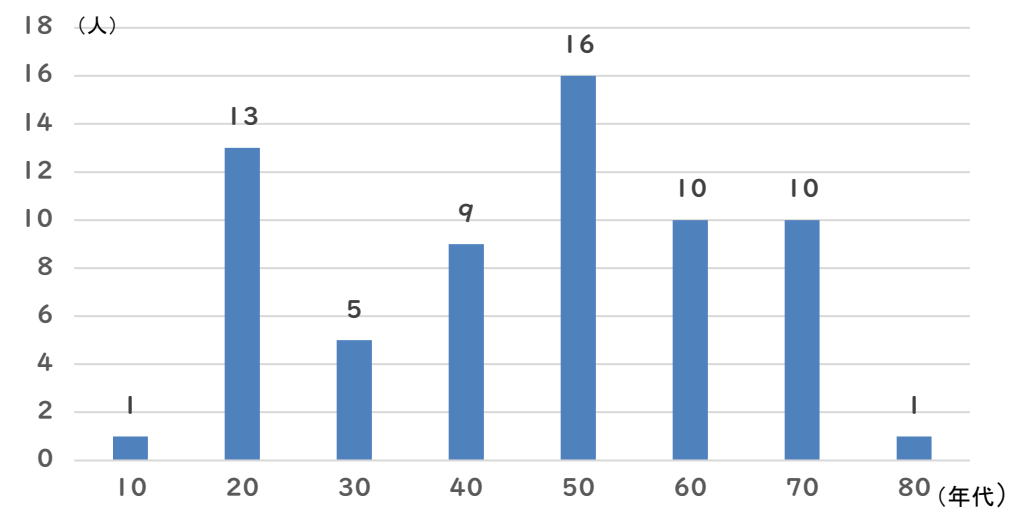
時間帯別



月別



年代別



職場における熱中症予防基本対策要綱

令和3年4月20日付け基発0420第3号



熱中症予防対策の一層の推進を図ることを目的としたもの

WBGT 値(暑さ指数)の活用

熱中症予防対策

- 1 作業環境管理
 - (1) WBGT 値の低減等
 - (2) 休憩場所の整備等
- 2 作業管理
 - (1) 作業時間の短縮等
 - (2) 暑熱順化
 - (3) 水分及び塩分の摂取
 - (4) 服装等
 - (5) 作業中の巡視
- 3 健康管理
 - (1) 健康診断結果に基づく対応等
 - (2) 日常の健康管理等
 - (3) 労働者の健康状態の確認
 - (4) 身体の状態の確認
- 4 労働衛生教育
 - (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
- 5 救急処置
 - (1) **緊急連絡網の作成及び周知**
 - (2) 救急措置

- ・発熱体と労働者の間に熱を遮ることのできる遮へい物等を設ける
- ・直射日光や地面からの照り返しを遮ることができる簡易な屋根等を設ける
- ・冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所を設ける
- ・氷、冷たいおしぼり、水風呂、シャワー等の身体を適度に冷やすことのできる物品や設備を設ける

- ・計画的に、暑熱順化期間を設けることが望ましい
- ・透湿性及び通気性の良い服装・帽子

- ・水分及び塩分の補給を定期的かつ容易に行えるよう高温多湿作業場所に飲料水などの備付け等を行う
- ・労働者の水分及び塩分の摂取を確認するための表の作成、作業中の巡視における確認等により、定期的な水分及び塩分の摂取の徹底を図る

・熱中症の発症に影響を与えるおそれのある疾患の治療中等の労働者については、事業者は、高温多湿作業場所における作業の可否、当該作業を行う場合の留意事項等について産業医、主治医等の意見を勘案して、必要に応じて、就業場所の変更、作業の転換等の適切な措置を講ずること。

・睡眠不足、体調不良、前日等の飲酒、朝食の未摂取等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることに留意の上、日常の健康管理について指導を行う

・**作業開始前**に労働者の健康状態を確認すること。

・**作業中**は巡視を頻繁に行い、声をかける等して労働者の健康状態を確認すること。また、複数の労働者による作業においては、労働者にお互いの健康状態について留意させること。

早めの検討・準備をして猛暑に備えましょう

準備期間 4月 にすべきこと

- 【主催】厚生労働省、中央労働災害防止協会、建設労働災害防止協会、陸上貨物運送事業労働災害防止協会、港湾貨物運送事業労働災害防止協会、林業・木材運送事業労働災害防止協会
一般社団法人日本労働安全衛生コンサルタント会 一般社団法人全国労働組合連合会【協賛】公益社団法人日本労働安全衛生協会 一般社団法人日本労働安全衛生協会【協賛】協賛病院（予定）

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

キャンペーン期間

5月～9月

にすべきこと

STEP 1

暑さ指数の把握と評価

JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握
地域を代表する一般的な暑さ指数(暑感値)を参考とすることも有効





暑感値
熱中症予防情報
サイト

STEP 2

測定した暑さ指数に応じて以下の対策を徹底

STEP 3

暑さ指数の把握と評価

JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握
地域を代表する一般的な暑さ指数(暑感値)を参考とすることも有効

☐

暑さ指数の低減

準備期間に検討した対策を実施

☐

休憩場所の整備

準備期間に検討した休憩場所を設置

☐

服装

準備期間に検討した服装を着用

☐

作業時間の短縮

作業計画に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止

☐

ブレイク・リング

作業開始前や休憩時間中に身体温度を下げる

☐

水分・塩分の摂取

水分と塩分を定期的に摂取(水分等を摂取する等を考慮)

☐

暑熱順化への対応

熱に慣らすため、7日以上かけて作業時間の調整
※新入職者や休み明け労働者は別途注意すること

☐

健康診断結果に基づく対応

次の疾病を持った方には医師等の意見を踏まえ配慮
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

☐

日常の健康管理

当日の食生活の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒が熱中症の発症に影響を与えることを指導し、作業開始前に確認

☐

作業中の労働者の健康状態の確認

近距離・横断的に声をかける、「ハイ」を繰り返せる
等労働者お互いの健康状態を確認するよう指導

異常時の対応

あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等の周知徹底
 少しでも本人や周りの「異変を感じたら、あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等」に基づき適切に対応
 必ず一歩作業を中断し、**急変を誘発しないこと**などにより身体を冷却
 ※症状が回復しない場合は躊躇なく病院に搬送する(状況に応じて救急隊を要請)

熱中症対策の新提案！

プレクーリングで カラダの中から熱中症対策！

＊「プレクーリング」とは、あらかじめ冷やしておくこと。暑熱環境下においては、運動や作業の前に身体を冷やしておく「プレクーリング」が、熱中症対策のひとつとして推奨されています。

アイススラリー飲用は作業前の 熱中症対策の一つとして推奨されてます

アイススラリーとは？

微細な氷と液体が混じり合った
流動性のある飲料

アイススラリー

水よりも流動性がある

水よりも冷却能力がある

効率よくカラダを冷却できる状態

Point

アイススラリー飲用事例
カラダの深部が冷やされ
体温の上昇を抑えます

暑熱環境作業中の休憩時にアイススラリーを摂取した際の深部体温の変動

暑熱環境作業中の休憩時にアイススラリー100gを摂取した場合
作業中の40分間にわたり深部体温が低く推移した

動く前に 冷やす！

活動時は、水分・電解質補給も
忘れずに行って下さい

埼玉労働局と大塚製薬は包括連携協定を締結し、働く世代の健康づくりに向けた取組みを推進しています

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン



令和7年「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」実施要綱

令和7年2月28日制定

期間

4月 準備期間
5月から9月 キャンペーン期間
7月 重点取組期間

対象

熱中症リスクがあるすべての事業場
労働者と同じ場所で作業に従事する労働者以外の者についても、措置の対象に含める。

事業者にとり組んでほしいこと

- ①暑さ指数(WBGT)の把握とその値に応じた熱中症予防対策を実施すること
- ②熱中症のおそれのある労働者を**早期に見つけ**、身体冷却や医療機関への搬送等適切な措置ができるための**体制整備等**を行うこと
- ③糖尿病、高血圧症など熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病を有する者に対して医師等の意見を踏まえた配慮をおこなうこと

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン

4月に実施すべきこと

暑さ指数(WBGT)の把握の準備

- ・日本産業規格JIS Z 8504又はJIS B 7922に適合したWBGT指数系を準備し点検すること
- ・環境省が発表している熱中症特別警戒アラート、環境省、気象庁が発表している熱中症警戒アラートとは職場においても熱中症リスクの早期把握の観点から参考となる

作業計画の策定

- ・夏季の暑熱環境下における作業に対する作業計画を策定する。
- ・新規入場者や休み明け労働者等については、熱中症を張症するリスクが高いため、作業内容等十分に考慮した暑熱順化プログラム、暑さ指数(WBGT)に応じた十分な休憩時間の確保、WBGT基準値を踏まえた作業中止に関する事項を検討する

緊急時の対応の事前確認

- ・事業場ごとに、あらかじめ、労働者の体調不良時に搬送を行う医療機関の連絡先や所在地や緊急時の必要な措置の実施手順を作成
- ・朝礼場所や休憩場等の労働者が見やすい場所への掲示やメールでの送付等により**周知**する。

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン

4月に実施すべきこと

休憩場所の確保の検討

- ・冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所の確保を検討

服装の検討

- ・透湿性及び通気性の良い服装を準備
- ・通気性の良い帽子、ヘルメット等を準備
- ・送風 や送水により身体を冷却する機能をもつ服やヘルメットなどを検討

教育研修の実施

- ・各級管理者、労働者に対する教育を実施

労働衛生管理体制の確立

- ・熱中症予防に係る責任体制の確立（熱中症予防管理者を選任）

設備対策の検討

- ・簡易な屋根の設置、通風又は冷房設備の設置、ミストシャワー等による散水設備の設置を検討

職場における熱中症予防対策ポータルサイト

- ・職場における熱中症予防対策をまとめたポータルサイトの整備を実施するとともに、熱中症予防対策の啓発を実施。
- ・場所を問わずアクセスして学べるeラーニングコンテンツを拡充。
ポータルサイトURL: <https://neccyusho.mhlw.go.jp/>
- ・「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」を掲載

QRコードはこちら
です



ヨシ!



熱中症予防啓発キャラクター
チューイ カン吉



1
熱中症を正しく知ろう
1-1 (管理者編) 1-2 (作業者編)

2
応急手当と
水道水散布法

3
暑さ指数の活用
3-1 測定 (管理者編) 3-2 確認 (作業者編)

4
暑熱順化

5
水分塩分
同時補給

6
ブレイクリング

7
健康管理

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン

キャンペーン期間中に実施すべき事項

暑さ指数(WBGT)の把握

- ・日本産業規格に適合した WBGT 指数計による随時把握を基本
- ・その地域を代表する一般的な暑さ指数(WBGT)を参考 とすることは有効

暑さ指数(WBGT)の評価・低減

- ・熱中症リスクを正しく 見積もる。
WBGT 基準値を超え又は超えるおそれのある場合には、暑さ指数 (WBGT) の低減対策を行う

作業環境管理

暑さ指数(WBGT)の低減等
休憩場所の整備等

- ・準備期間に検討した休憩場所の設置。
- ・休憩場所には、氷、アイ ススラリー(流動性の氷状飲料)、冷たいおしぼり、水風呂、シャワー等の 身体を適度に冷やすことのできる物品及び設備を設ける。
- ・水分及び 塩分の補給を定期的かつ容易に行うことができるよう飲料水、スポーツドリンク、塩飴等の備付け等を行う。
- ・状態が悪化した場合に対応で きるように、休憩する者を一人きりにしないことや連絡手段を明示する等 に留意

作業管理

作業時間の短縮等
暑熱順化への対応

- ・準備期間に検討した作業計画に基づき、WBGT 基準値に応じた休憩等を行う
- ・準備期間に検討した服、帽子、ヘルメットなどを着用する。
- ・測定した暑さ指数(WBGT)が WBGT 基準値を大幅に超える場合は、原則として作業を行わない
- ・7 日以上かけて暑熱環境での身体的負荷を増やし、作業時間を調整し、次第に長くすることが望ましい
- ・管理者は作業中労働者の心拍数、体温及び尿の回数・色等の身体状況、水分及び塩分の摂取状況を頻繁に確認
- ・水分及び塩分の作業前後の摂取及び**作業中の定期的な摂取**

プレクーリング

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン

キャンペーン期間中に実施すべき事項

健康管理

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感冒等、⑧下痢等

- ・熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病を有する者に対しては、医師等の意見を踏まえ配慮を行う。
- ・当日の朝食の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒、体調不良等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることについて指導
- ・作業開始前に、当日の**朝食の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒、体調不良**等の健康状態の**確認**
- ・作業中は**巡視**を頻繁に行い、声をかけるなどして**労働者の健康状態を確認**
- ・健康状態又は暑熱順化の状況から熱中症の発症リスクが高いと疑われる者に対しては、必要に応じ作業の配置換え等を行う。
- ・異変を感じた際には躊躇することなく周囲の労働者やあらかじめ定められた担当者に申し出るよう指導

労働衛生教育

- ・準備期間に実施しているが、適切な機会をとらえて実施する。特に右に示す内容については、雇入れ時や新規入場時に加え、日々の朝礼等の際にも繰り返し実施

(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

異常時の措置

効果的な身体冷却を！ 一人きりにしないこと

- ・少しでも異変を感じた際には、必ず、一旦、作業を離れ、身体冷却や医療機関に搬送するなどの措置をとるとともに、症状に応じて救急隊を要請
- ・判断に迷う場合は、**#7119** 等を活用

熱中症予防管理者等の業務

- (ア) 作業に応じて、適用すべき WBGT 基準値を決定し、併せて衣類に関し暑さ指数 (WBGT) に加えるべき着衣補正值の有無を確認。
- (イ) 暑さ指数 (WBGT) の低減対策の実施状況を確認
- (ウ) 各労働者の暑熱順化の状況を確認
- (エ) 朝礼時等作業開始前において労働者の体調及び暑熱順化の状況を確認
- (オ) 作業場所の暑さ指数 (WBGT) の把握と結果の評価。評価結果に基づき、必要に応じて作業時間の短縮等の措置を
- (カ) **熱中症のおそれのある労働者を発見した際に連絡を行う担当者や連絡先、措置の手順等について、作業開始前に周知**
- (キ) **職場巡視を行い、労働者の水分及び塩分の摂取状況を確認**
- (ク) 退勤後に体調が悪化しうることについて注意喚起する。

STOP! 熱中症クールワークキャンペーン

重点取組期間（7月）にすべきこと

作業環境管理

- ・暑さ指数(WBGT)の低減効果を再確認し、必要に応じ追加対策

作業管理

- ・プログラムに沿って暑熱順化を行う
- ・水分及び塩分の積極的な摂取や熱中症予防管理者等によるその確認の徹底

健康管理

- ・当日の朝食の未摂取、睡眠不足、体調不良、前日の多量の飲酒、暑熱順化の不足等について、作業開始前に確認
- ・巡視の頻度を増やす

労働衛生教育

- ・期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的な教育を行う

異常時の措置

- ・体調不良の者を休憩させる場合は、状態の把握が容易に行えるように配慮
- ・事前に周知されている担当者に連絡
- ・あらかじめ定められた措置の実施手順に従い対処
- ・判断に迷う場合は、**#7119**等を活用

熱中症による死亡災害の多発を踏まえた対策の強化について

職場における熱中症による死亡災害の傾向

職場における 熱中症による死亡災害の傾向

- ・死亡災害が2年連続で30人レベル。
- ・熱中症は死亡災害に至る割合が、他の災害の約5～6倍。
- ・死亡者の約7割は屋外作業であるため、
気候変動の影響により更なる増加の懸念。

ほとんどが
「初期症状の放置・対応の遅れ」

早急に求められる対策

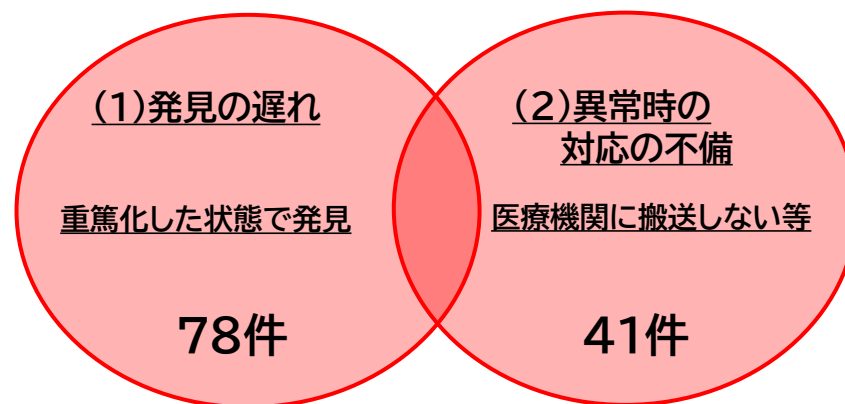
「職場における熱中症予防基本対策要綱」や「STOP! 熱中症
クールワークキャンペーン実施要綱」で実施を求めている事項、
現場で効果を上げている対策を参考に、

現場において
**死亡に至らせない(重篤化させない)
ための適切な対策の実施が必要。**

熱中症死亡災害（R2-R5）の分析結果



100件の内容は以下のとおり



今後の熱中症対策について（労働安全衛生規則の改正）

第175回 安全衛生分科会資料

1 改正の趣旨

熱中症の重篤化による死亡災害を防止するため、熱中症のおそれがある作業者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することが可能となるよう、事業者に対し、「早期発見のための体制整備」、「重篤化を防止するための措置の実施手順の作成」、「関係作業員への周知」を義務付ける。

2 改正の趣旨

○ 以下1、2の事項を事業者により義務付けること。

1 熱中症を生ずるおそれのある作業（※）を行う際に、

①「熱中症の自覚症状がある作業員」

②「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」

がその旨を報告するための体制（連絡先や担当者）を事業場ごとにあらかじめ定め、関係作業員に対して周知すること

2 熱中症を生ずるおそれのある作業を行う際に、

①作業からの離脱

②身体のコoldown

③必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせること

④事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地など、熱中症の症状の悪化を防止するために必要な措置に関する内容や実施手順を事業場ごとにあらかじめ定め、関係作業員に対して周知すること

※ WBGT（湿球黒球温度）28度又は気温31度以上の作業場において行われる作業で、継続して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もの

今後の熱中症対策について（労働安全衛生規則の改正）



現場の実態に
即した
具体的な対応

現場における対応

熱中症のおそれがある労働者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、以下の「**体制整備**」、「**手順作成**」、「**関係者への周知**」が事業者に義務付けられます。

1 「熱中症の自覚症状がある作業員」や「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」がその旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

※報告を受けるだけでなく、**職場巡視**や**パディ制の採用**、**ウェアラブルデバイス等の活用**や**双方向での定期連絡**などにより、熱中症の症状がある作業員を積極的に把握するように努めましょう。

2 熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ的確な判断が可能となるよう、
① 事業場における**緊急連絡網**、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
② **作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順**（フロー図①②を参考例として）の作成及び関係作業員への**周知**

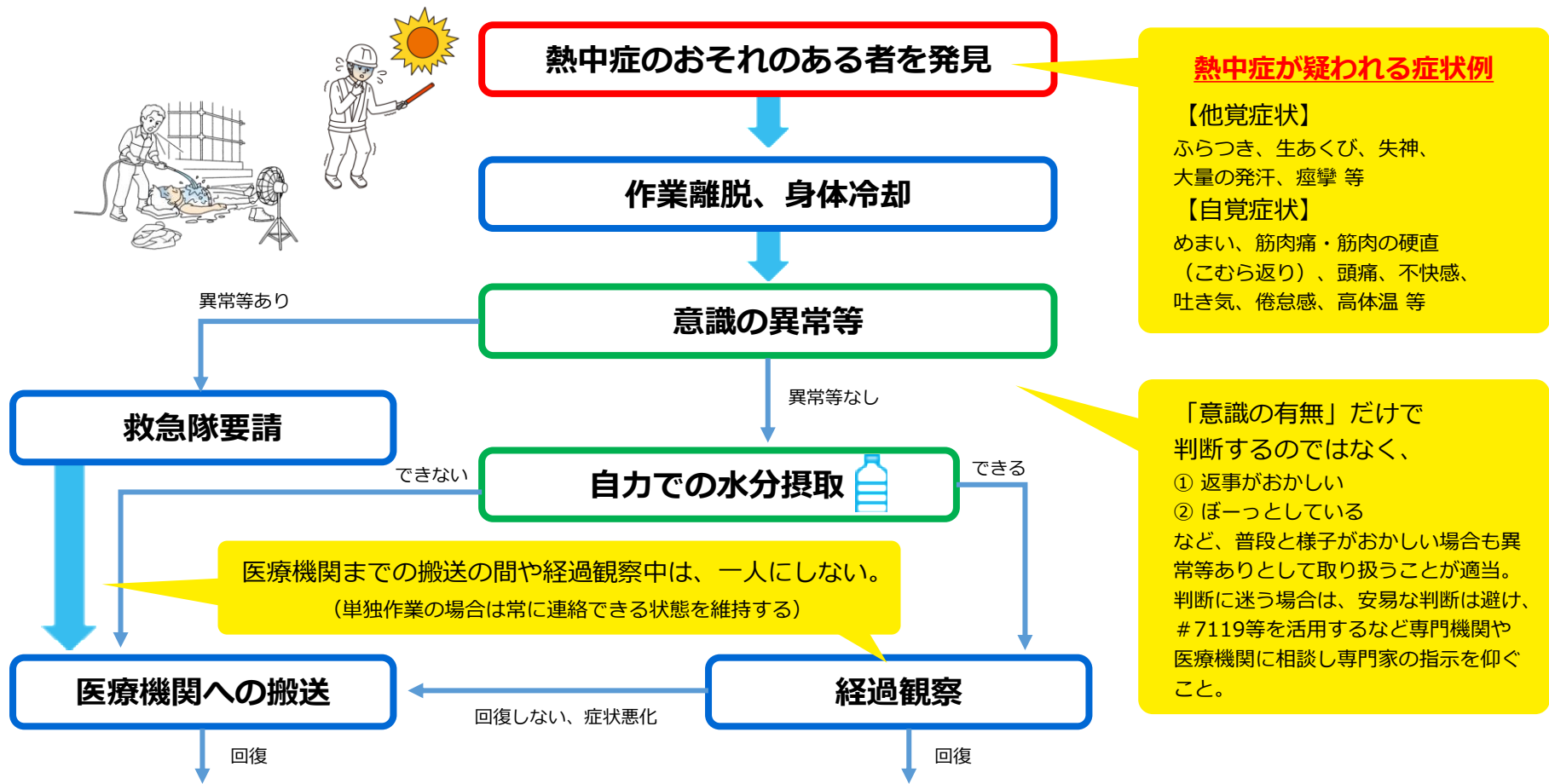
※参考となるフロー図を2つ掲載していますが、これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。
※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応が推奨されます。
※同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講じることとします。

対象となるのは

「**WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施**」が見込まれる作業

熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ①

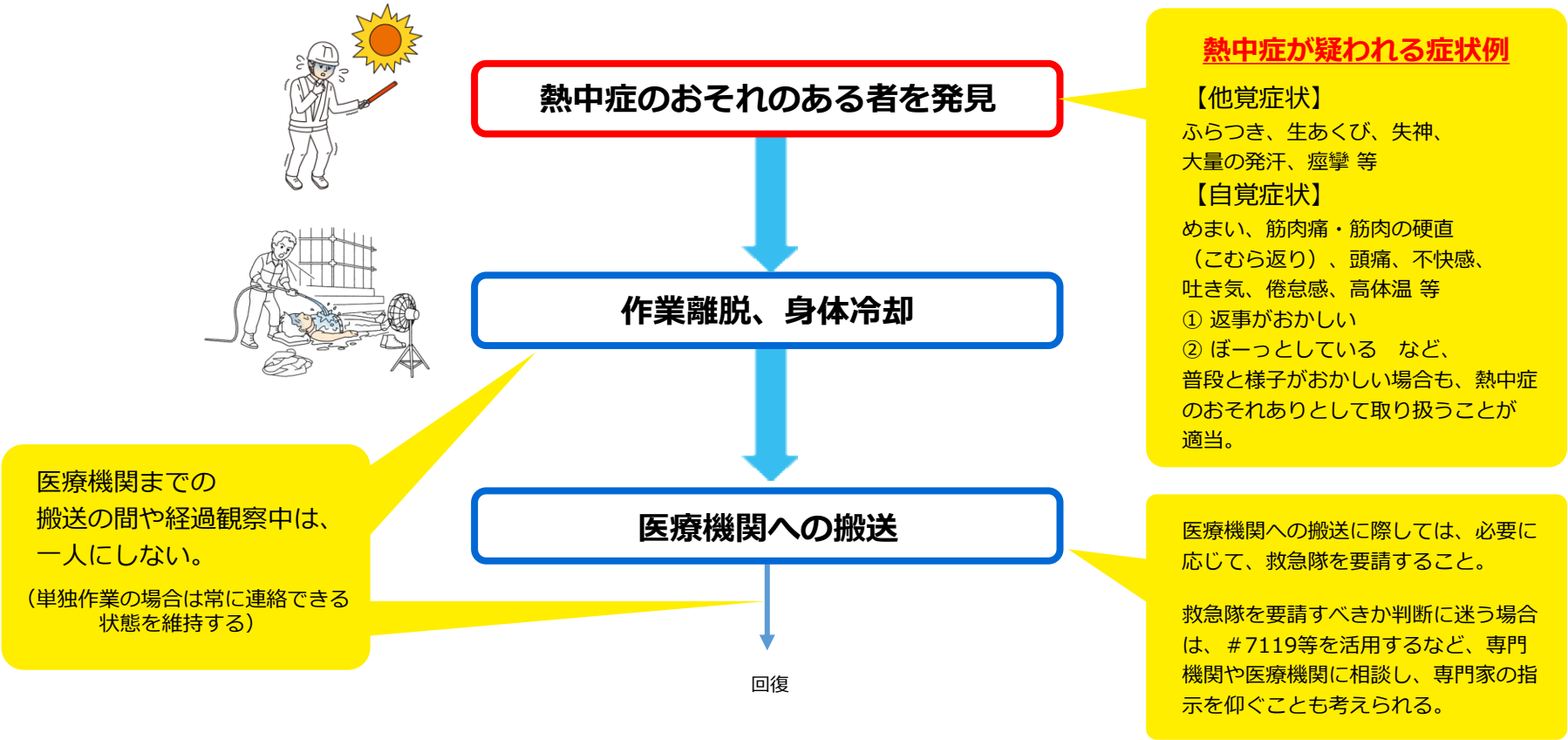
※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



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。

熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ②

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



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。

労働安全衛生規則第612条の2

1 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、あらかじめ、当該作業に従事する者が熱中症の自覚症状を有する場合又は当該作業に従事する他の者に熱中症が生じた疑いがあることを当該作業に従事する他の者が発見した場合にその旨の報告をさせる体制を整備し、当該作業に従事する者に対し、当該体制を周知させなければならない。

2 事業者は、暑熱な場所において連続して行われる作業等熱中症を生ずるおそれのある作業を行うときは、あらかじめ、作業場ごとに、当該作業からの離脱、身体の冷却、必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせることその他熱中症の症状の悪化を防止するために必要な措置の内容及びその実施に関する手順を定め、当該作業に従事する者に対し、当該措置の内容及びその実施に関する手順を周知させなければならない。

附則

この省令は、令和7年6月1日から施行する。

“いつもと違う”と思ったら、**熱中症**を疑え

あれっ、
何かおかしい

手足がつる

立ちくらみ・めまい

吐き気

汗のかき方がおかしい

汗が止まらない／汗がでない



これも初期症状

何となく体調が悪い

すぐに疲れる

あの人、
いつもと違う

イライラしている

フラフラしている

呼びかけに反応しない

ボーッとしている

すぐに周囲の人や現場管理者に申し出る

手順や連絡体制の
周知の一例



【朝礼やミーティングでの周知】



【会議室や休憩所などわかりやすい場所への掲示】

件名: 本日はWBGT値が28℃を
超える見込みです
皆様お疲れ様です。
本日のWBGT基準値は○℃です。
作業時には充分に気をつけて、
水分補給及び休憩をしっかりと
お願いします。
体調不良が発生した場合は、
フロア固に基づき対応いただき、
〇〇さん(000-0000-0000)へ
連絡するようにお願いします。
それでは本日もよろしくお願いいたします。



【メールやイントラネットでの通知】

埼玉労働局における熱中症対策について



熱中症予防チェック！



1 前日の体調をチェック

- ☐ 深酒していませんか
- ☐ 夜更かしをしていませんか
- ☐ 体調不良になっていませんか
- ☐ 熱中症警戒アラートを確認しましたか
- ☐ 暑熱順化できていますか

2 仕事前の体調をチェック

- ☐ よく眠れましたか
- ☐ 朝食をしっかり食べましたか
- ☐ 体調はよいですか。
発熱、下痢、吐き気、だるさはないですか。
- ☐ 二日酔いしていませんか
- ☐ 熱中症警戒アラートを確認しましたか

3 仕事前の準備をチェック

- ☐ 休憩場所は確保されていますか
- ☐ 水分・塩分の用意はできていますか
- ☐ 応急手当の方法を確認してありますか
- ☐ ブレーキングしていますか
- ☐ WBGT値に応じた作業計画になっていますか

4 仕事中の危険をチェック

- ☐ 単独作業を避けていますか
- ☐ 声をかけあった作業をしていますか
- ☐ 水分・塩分の補給をして（させて）いますか
- ☐ こまめに休憩をとって（とらせて）いますか
- ☐ 管理者がパトロールを行い健康状態を確認していますか

5 発生時に備えたチェック

- ☐ すぐに涼しいところに移動させ身体を冷やす準備がありますか
- ☐ 近隣の病院、診療所などの情報収集はしていますか
- ☐ 緊急連絡網など連絡体制は確認してありますか
- ☐ 熱中症予防・対応などの教育はしていますか
- ☐ 応急手当マニュアルなど発生時の対応を確認できるものを用意していますか



熱中症は正しい知識を持ち、きちんと対応すれば防ぐことができるあるいは軽症ですむ災害です。しっかりと準備をして、暑い夏をのりましょう！

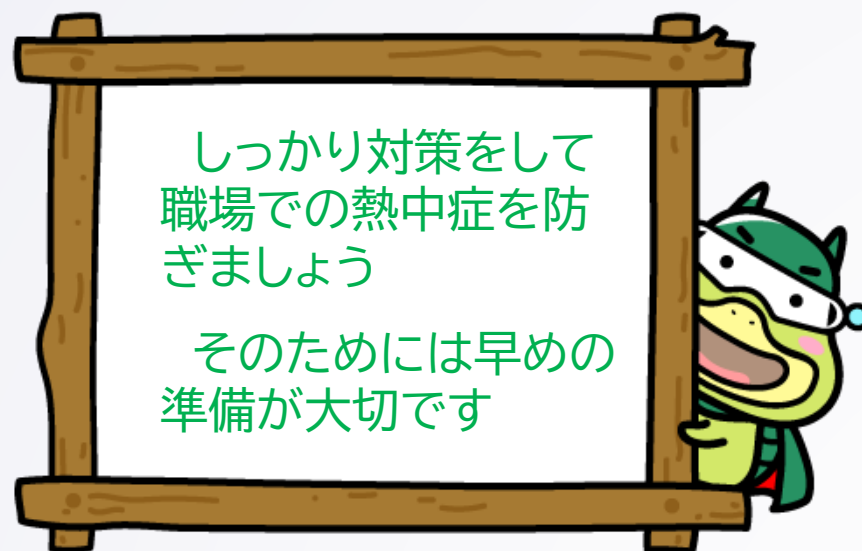
厚生労働省 埼玉労働局

埼玉労働局ホームページ
職場における熱中症対策
はこちら

熱中症予防のための
チェックリスト作成

意識啓発のための
ロゴマークを作成





ご清聴ありがとうございました。