

静岡労働局発表
令和6年8月29日

【担当】静岡労働局 労働基準部 健康安全課
課長 皆野川順夫
課長補佐 石井耕造
○衛生専門官 鈴木祐介
(電話) 054-254-6314

「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」期間中の 県内における熱中症による労働災害発生状況について(速報)

静岡労働局(局長 ささ まさみつ 笹正光)は、職場における熱中症予防対策を徹底するため、労働災害防止団体などと連携して5月より実施している「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」期間中の県内の熱中症による労働災害発生状況の速報を発表します。

- キャンペーン期間中(令和6年5月から7月まで)における熱中症による労働災害発生状況
 - ・休業4日以上^の死傷者数は12人で、前年の同期間中に比べて1人増加した。
 - ・死亡者数は、前年同様0人であった。
- 内訳
 - 【状況別】
 - ・屋外での作業中に発生したもの6人
 - ・半屋外での作業中に発生したもの3人
 - ・屋内での作業中に発生したもの3人
 - 【業種別】
 - ・建設業2人、警備業2人、製造業3人、農業1人、道路貨物運送業2人、その他の事業2人
 - 【年齢別】
 - ・20代1人、30代0人、40代4人、50代3人、60代以上4人
 - 【性別】
 - ・男性10人、女性2人

□災害発生の態様

- ・屋外での作業中に暑さで体調不良となり、休憩して水分補給をするも回復しなかったもの（建設業、製造業、その他の事業）
- ・屋外で交通誘導作業中に倒れているのを同僚が発見し、救急搬送され熱中症と診断されたもの（警備業）
- ・荷主先の半屋外型の荷受けプラットフォームで荷卸し作業を行っていたところ、暑さで体調不良となり休憩して水分補給をするも回復しなかったもの（道路貨物運送業）
- ・ビニールハウス内で作業中に体調不良となったもの（農業）
- ・屋内の機械内部で作業中に体調不良となったもの（製造業）
- ・厨房の洗い場で作業中に体調不良となったもの（その他の事業）

□期間中に発生した熱中症による災害の特徴

- ・半数近くが、熱中症を原因とする意識喪失、脱水による腎機能の障害など、熱中症重症度Ⅲ度と診断されたものとなっています。（熱中症重症度については、資料番号2を参照ください）
- ・水分、塩分の補給、空調服の着用といった対策を講じていたにもかかわらず、発症したものが1件発生しています。

●これからの時期の熱中症対策ポイント

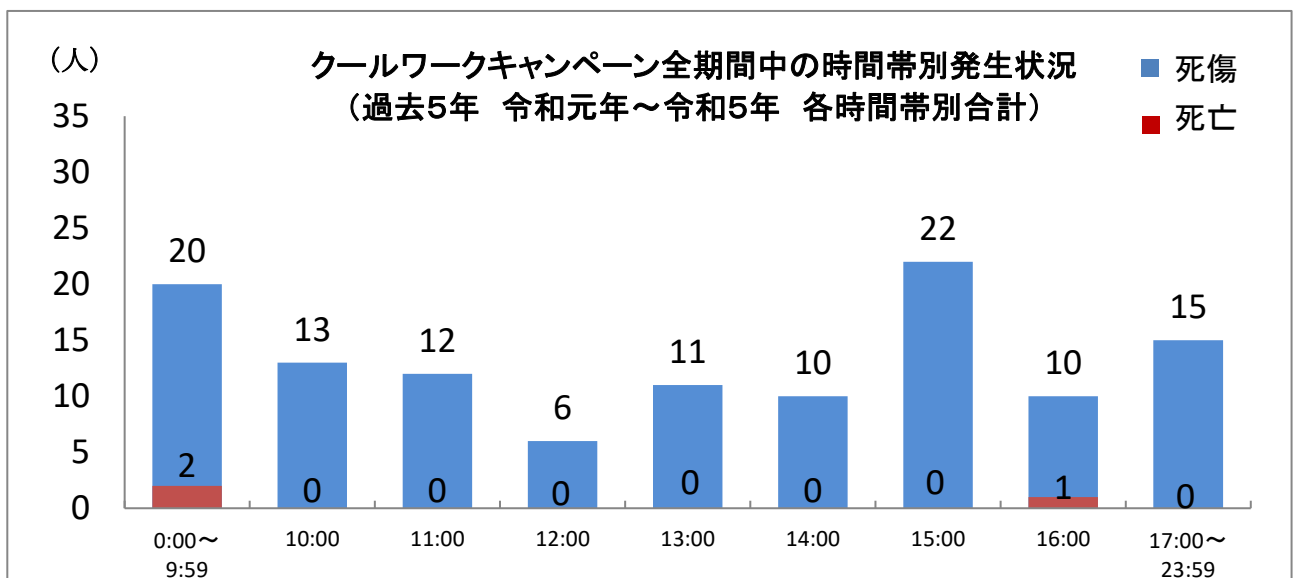
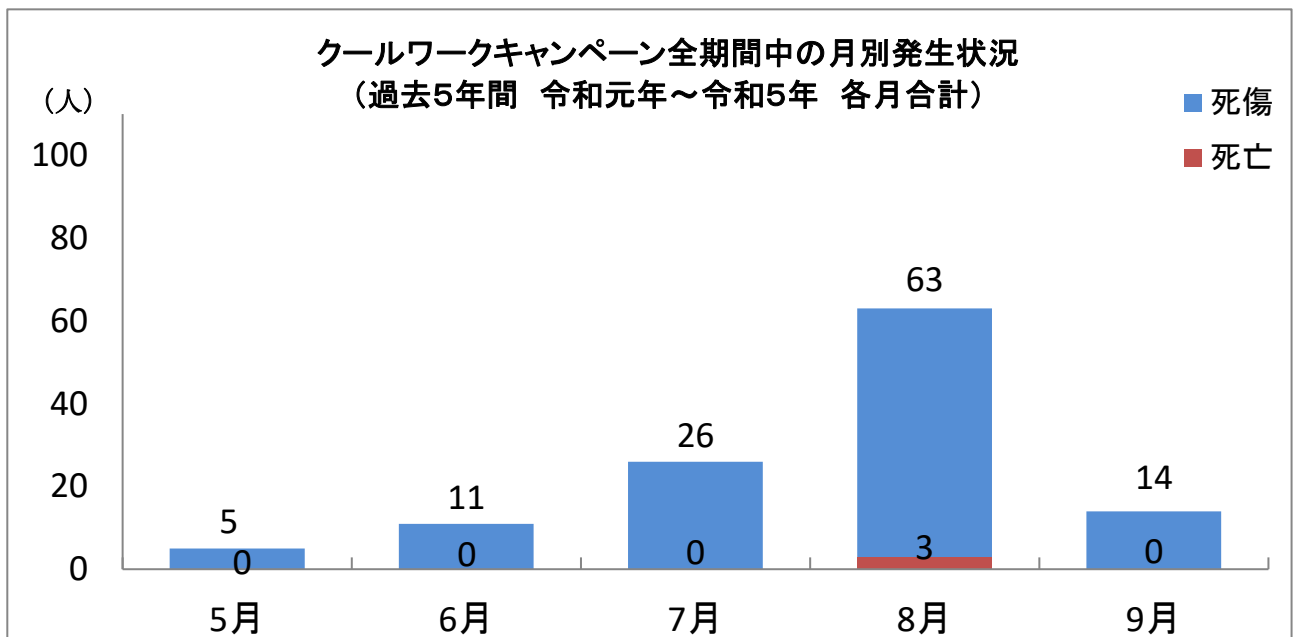
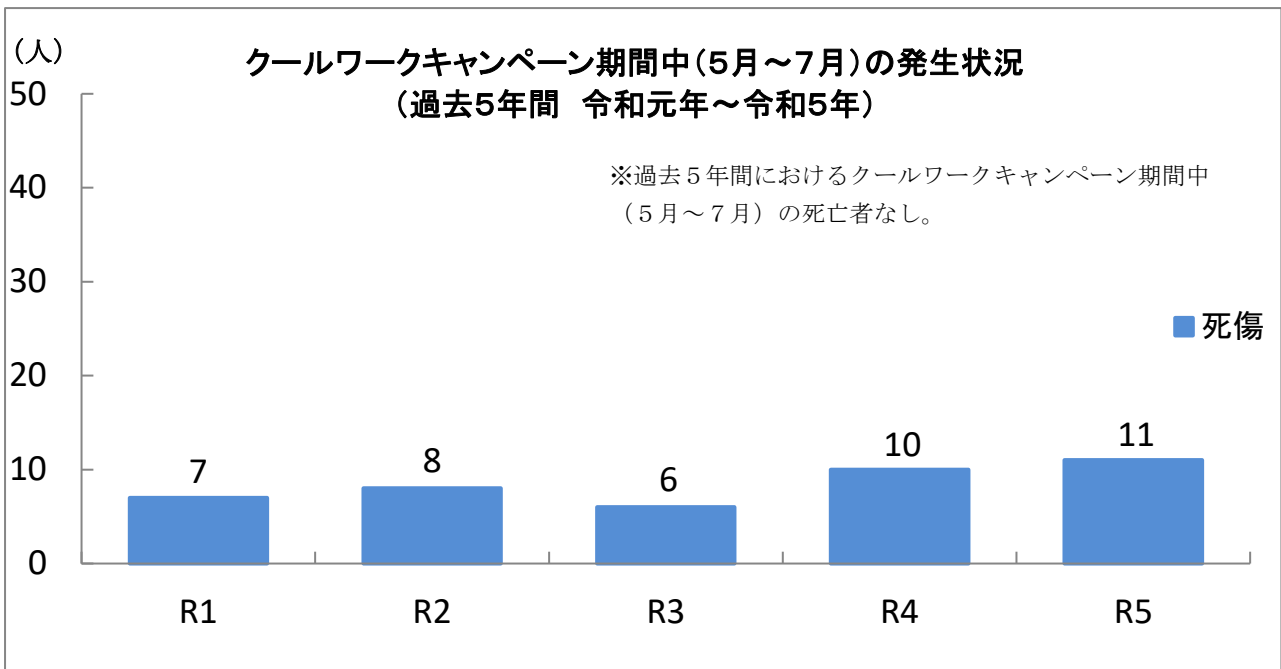
過去5年間におけるキャンペーン全期間中（5月から9月）の熱中症による労働災害は、7月と8月に集中して発生していますが、気象庁の発表では、向こう3か月（9月～11月）の平均気温は高いと見込まれることから、下記の点に留意して対策の継続を呼びかけてまいります。

1. 一人での作業を避けること。一人で作業をする際は、時間を決めて水分と塩分の補給を指示すること。（状況確認を兼ねて事業者から定期的に電話、LINE、携帯電話のメール等で作業者に給水、塩分補給等を指示することも検討する）
2. 過去5年間の熱中症の発症時間のデータを見ると、午前中は10時までの時間帯において発症件数が多いことから、この時間帯においては水分、塩分の適切な補給に努めるとともに、作業者の体調の変化に注意すること。
3. 発症時間の2回目のピークが14時から15時台と日中の気温が最も高い時間帯に発生していることから、適宜「WBGT値」※1を実測し、実測したWBGT値に応じた作業時間、作業内容を設定すること。

※1 WBGT値とは

WBGT（Wet-Bulb Globe Temperature:湿球黒球温度（単位:℃）の値。

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評価を行う暑さの指数。



資料

- 1 STOP！熱中症クールワークキャンペーンー熱中症予防対策の徹底を図ろうー
- 2 熱中症の応急処置マニュアル
- 3 WBGT値ごとの日常生活・運動の指針

STOP！熱中症

資料番号 1

クールワークキャンペーン

職場での熱中症により毎年約20人が亡くなり、約800人が4日以上仕事を休んでいます。



労働災害防止キャラクター

チューイカン吉

準備

キャンペーン期間

4月

5月

6月

7月

8月

9月

重点取組



キャンペーン
実施要項

準備期間（4月）にすべきこと

きちんと実施されているかを確認し、チェックしましょう

<input type="checkbox"/>	労働衛生管理体制の確立	事業場ごとに熱中症予防管理者を選任し熱中症予防の責任体制を確立
<input type="checkbox"/>	暑さ指数の把握の準備	JIS規格に適合した暑さ指数計を準備し、点検
<input type="checkbox"/>	作業計画の策定	暑さ指数に応じた休憩時間の確保、作業中止に関する事項を含めた作業計画を策定
<input type="checkbox"/>	設備対策の検討	暑さ指数低減のため簡易な屋根、通風または冷房設備、散水設備の設置を検討
<input type="checkbox"/>	休憩場所の確保の検討	冷房を備えた休憩場所や涼しい休憩場所の確保を検討
<input type="checkbox"/>	服装の検討	透湿性と通気性の良い服装を準備、送風や送水により身体を冷却する機能をもつ服の着用も検討
<input type="checkbox"/>	緊急時の対応の事前確認	緊急時の対応を確認し、労働者に周知
<input type="checkbox"/>	教育研修の実施	管理者、労働者に対する教育を実施

【主唱】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、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・木材製造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、一般社団法人全国警備業協会 【協賛】公益社団法人日本保安用品協会、一般社団法人日本電気計測器工業会 【後援】関係省庁（予定）



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（環境省）を参考とすることも有効



環境省
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

<input type="checkbox"/> 暑さ指数の低減	準備期間に検討した設備対策を実施
<input type="checkbox"/> 休憩場所の整備	準備期間に検討した休憩場所を設置
<input type="checkbox"/> 服装	準備期間に検討した服装を着用
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 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 ※新規入職者や休み明け労働者は別途調整することに注意
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	水分と塩分を定期的に摂取（水分等を携行させる等を考慮）
<input type="checkbox"/> プレクーリング	作業開始前や休憩時間中に深部体温を低減
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 日常の健康管理	当日の朝食の未摂取、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
<input type="checkbox"/> 作業中の労働者の健康状態の確認	巡視を頻繁に行い声をかける、「バディ」を組ませる等労働者にお互いの健康状態を留意するよう指導
<input type="checkbox"/> 異常時の措置	少しでも本人や周りが異変を感じたら、必ず一旦作業を離れ、病院に搬送する（症状に応じて救急隊を要請）などを措置 ※全身を濡らして送風することなどにより体温を低減 ※一人きりにしない

重点取組期間（7月）にすべきこと

- 暑さ指数の低減効果を再確認し、必要に応じ対策を追加
- 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底
- 水分、塩分を積極的に取らせ、その確認を徹底
- 作業開始前の健康状態の確認を徹底、巡視頻度を増加
- 熱中症のリスクが高まっていることを含め教育を実施
- 体調不良の者に異常を認めるときは、躊躇することなく救急隊を要請**

熱中症の応急処置マニュアル

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら…。
落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の処置が肝心です。

熱中症を疑ったときには何をすべきか

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

はい

チェック2 呼びかけに応えますか？

いいえ

救急車を呼ぶ

はい

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ

救急車を待つ間

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

はい

水分・塩分を補給する

チェック4 症状がよくなりましたか？

いいえ

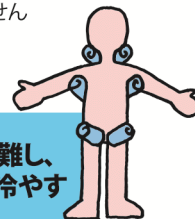
すみやかに
医療機関へ

はい

そのまま安静にして
十分に休息をとり、
回復したら帰宅しましょう



救急車が到着するまでの間に
応急処置を始めましょう。呼び
かけへの反応が悪い場合には
無理に水を飲ませてはいけません



氷のう等があれば、首、腋の
下、太腿のつけ根を集中的に
冷やしましょう*



本人が倒れたときの状況を知っている人が
付き添って、発症時の状態を伝えましょう



大量に汗をかいている場合は、塩分が入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

*スポーツや激しい作業・労働等によって起きる労作性熱中症の場合は、全身を冷たい水に浸す等の冷却法も有効です。

出典:環境省「熱中症環境保健マニュアル2022」




POINT

どこを冷やすのか？

文中やイラストでも示しているように、体表近くに太い静脈がある場所を冷やすのが最も効果的です。なぜならそこは大量の血液がゆっくり体内に戻っていく場所だからです。具体的には、頸部の両側、腋の下、足の付け根の前面(鼠径部)等です。そこに保冷剤や氷枕(なければ自販機で買った冷えたペットボトルやかち割り氷)をタオルでくるんで当て、皮膚を通して静脈血を冷やし、結果として体内を冷やすことができます。冷やした水分を摂らせることは、体内から体を冷やすとともに水分補給にもなり一石二鳥です。また、濡れタオルを体にあて、扇風機やうちわ等で風を当て、水を蒸発させて体を冷やす方法もあります。

出典:環境省「熱中症環境保健マニュアル2022」を改変

熱中症の症状

分類	症状	臨床症状からの分類	重症度	対処法(参考)
重症度Ⅰ度 (軽症)	<ul style="list-style-type: none"> 意識ははっきりしている 手足がしびれる めまい・たちくらみがある 筋肉のこむら返りがある(痛い) 	熱失神 熱けいれん	小	現場で対処し経過観察 涼しい場所へ避難して服をゆるめ体を冷やし、水分・塩分を補給しましょう。誰かがついて見守り、良くならなければ、病院へ。
重症度Ⅱ度 (中等症)	<ul style="list-style-type: none"> 吐き気がする・吐く 頭がガンガンする(頭痛) 体がだるい(倦怠感) 意識が何となくおかしい 	熱疲労		医療機関を受診 速やかに医療機関を受診しましょう。
重症度Ⅲ度 (重症)	<ul style="list-style-type: none"> 意識がない 呼びかけに対し返事がおかしい 体がひきつる(けいれん) まっすぐ歩けない・走れない 体が熱い 	熱射病	大	救急車要請 救急車を呼び、到着までの間、積極的に冷却しましょう。

出典：日本救急医学会熱中症診療ガイドライン2015を参考に大塚製薬で改変

熱中症予防のポイント

暑さを避けましょう

暑い日は、涼しい服装や日傘・帽子の使用を心がけることが大切です。少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動するようにしましょう。



室内環境を整えましょう

高齢者の熱中症の特徴として、室内で多く発生していることがあげられます。部屋の温度が上がらないように工夫するとともに、こまめに温度をチェックするようにしましょう。



こまめに水分補給

汗をかき体温調節をするためにもカラダの水分量の維持はかせません。のどが渇いていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう。



日頃から体調管理

普段から「栄養バランスの良い食事」「適度な運動」「十分な睡眠」で規則正しい生活を意識し、体調管理に努めましょう。



POINT

カラダの水分量を維持するためには、体液に近い成分のイオン飲料がおすすめです。ナトリウムなどのイオン(電解質)を適切な濃度で含んでいるのでカラダに負担をかけず体内に素早く吸収されます。さらに、尿として排出されにくく、水と比べても体内保持率が高いイオン飲料は、長時間カラダを潤し続ける特性があり、水分補給に適しています。

飲料別体内キープ力比較

飲んだ後、2時間座り続けた間、飲んだ量のうちカラダに残った割合。



n=12

出典:Doi T, et al: Aviat Space Environ Med(2004)を改変

日常生活に関する指針

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険 (31以上)	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒 (28以上31未満)		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25以上28未満)	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意 (25未満)	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針Ver.4」(2022)より改編 ※

※ 日本生気象学会の承諾を得て、出典元の「WBGT」を「暑さ指数(WBGT)」とし、値を気温(単位は℃)と区別しやすいように、単位のない指数として表記しています

運動に関する指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	嚴重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10~20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人:体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

(公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)より