

STOP！熱中症

7～8月は重点取組期間

令和5年5月～9月

クールワークキャンペーン

上田労働基準監督署からの緊急要請
熱中症予防対策の徹底を図りましょう！



職場における熱中症により、全国では毎年約20人が亡くなり、約600人が4日以上仕事を休んでいます。

上小地域では、30度を超える暑い日が続き、熱中症のリスクが非常に高まっています。

STOP！熱中症クールワークキャンペーンを展開し、熱中症予防に取り組みましょう！

労働災害防止キャラクター
チューイ カン吉

事業場では、期間ごとの実施事項に重点的に取り組んでください。

実施期間：令和5年5月1日から9月30日まで（準備期間4月、長野局における重点取組期間7～8月）



確実に実施できているかを確認し、 にチェックを入れましょう！

熱中症予防対策に関する準備



WBGT値の把握の準備

JIS規格「JIS B 7922」に適合したWBGT指数計を準備しましょう。

作業計画の策定など

WBGT値に応じて、作業の中止、休憩時間の確保などができるよう余裕を持った作業計画をたてましょう。

設備対策・休憩場所の確保の検討

簡易な屋根の設置、通風または冷房設備やミストシャワーなどの設置により、WBGT値を下げる方法を検討しましょう。
また、作業場所の近くに冷房を備えた休憩場所や日陰などの涼しい休憩場所を確保しましょう。

服装などの検討

通気性の良い作業着を準備しておきましょう。身体を冷却する機能をもつ服の着用も検討しましょう。

教育研修の実施

熱中症の防止対策について、教育を行いましょ。

労働衛生管理体制の確立

衛生管理者などを中心に、事業場としての管理体制を整え、必要なら熱中症予防管理者の選任も行いましょう。

発症時・緊急時の措置の確認と周知

体調不良時の休憩場所や状態の把握、悪化時に搬送する病院や緊急時の対応について確認を行い、周知しましょう。

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

ポータルサイトをご活用ください



長野労働局ホームページの熱中症予防対策もご活用ください

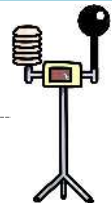


キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

STEP
1

WBGT値の把握







JIS規格に適合したWBGT指数計でWBGT値を測りましょう。



WBGT指数計の例

STEP
2

準備期間中に検討した事項を確実に実施するとともに、測定したWBGT値に応じて次の対策を取りましょう。

WBGT値を下げるための設備、休憩場所の設置	準備期間に検討した設備、休憩場所を設置しましょう。休憩場所には氷、冷たいおしぼり、シャワー等や飲料水、塩飴などを設置しましょう。準備期間に検討した通気性の良い服装なども着用しましょう。		
通気性の良い服装等			
作業時間の短縮	WBGT値が高いときは、 単独作業を控え 、WBGT値に応じて 作業の中止 、 こまめに休憩をとる などの工夫をしましょう。		
暑熱順化	暑さに慣れるまでの間は 十分に休憩を取り 、 1週間程度かけて徐々に身体を慣ら しましょう。特に、 入職直後 や 夏季休暇明け の方は注意が必要です！		
水分・塩分の摂取	のどが渴いていなくても 定期的に水分・塩分 を取りましょう。		
プレクーリング	休憩時間にも体温を下げる工夫をしましょう。		
健康診断結果に基づく措置	糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全、精神・神経関係の疾患、広範囲の皮膚疾患、感冒、下痢 などがあると熱中症にかかりやすくなります。医師の意見をきいて人員配置を行いましょう。		
日常の健康管理など	前日はお酒の飲みすぎず、よく休みましょう。また、当日は朝食をしっかりと取るようにしましょう。熱中症の具体的な症状について理解し、熱中症に早く気付くことができるようにしましょう。		
作業中の作業者の健康状態の確認	管理者はもちろん、作業員同士お互いの健康状態をよく確認しましょう。特に、入職直後や夏季休暇明けの作業員に気を配りましょう。		

STEP
3

熱中症予防管理者等は、WBGT値を確認し、巡視などにより、次の事項を確認しましょう。

WBGT値の 低減対策 は実施されているか
WBGT値に応じた 作業計画 となっているか
各作業者の 体調 や 暑熱順化の状況 に問題はないか
各作業者は 水分 や 塩分 をきちんと取っているか
作業の 中止 や 中断 をさせなくてよいか



異常時の措置

- ～少しでも異変を感じたら～
- ・いったん作業を離れ、休憩する
 - ・病院へ運ぶ、または救急車を呼ぶ
 - ・病院へ運ぶまでは一人きりにしない

長野労働局における重点取組期間（7月1日～8月31日）



実施した対策の効果を再確認し、必要に応じ追加対策を行いましょう。
特に梅雨明け直後は、WBGT値に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底しましょう。水分、塩分を積極的に取りましょう。
 各自が、睡眠不足、体調不良、前日の飲みすぎに注意し、当日の朝食はきちんと取りましよう。
 期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を行いましょう。
休憩中の状態の変化にも注意し、少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく病院に搬送しましよう。

