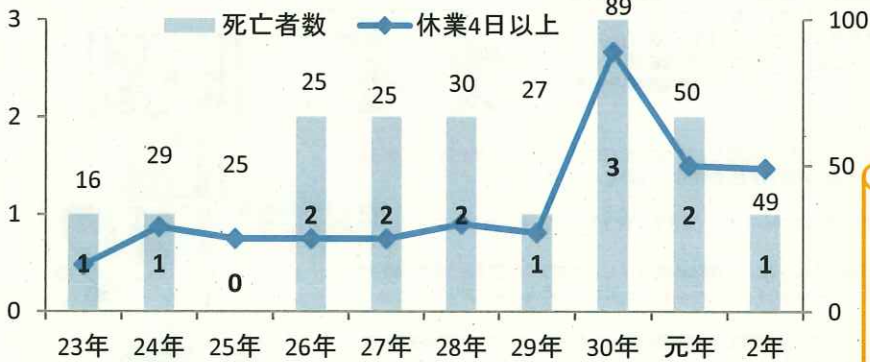


— 職場で熱中症による死亡者ゼロを目指して —

# 死亡ゼロに熱中症を予防しよう!

熱中症による労働災害発生状況



大阪府内では、職場における熱中症の死亡災害が、毎年のように発生しています。また、令和2年は、記録的な猛暑の一昨年より減少したものの、過去10年間で3番目に多い49人の休業4日以上（うち死亡1人）（3月31日速報値）が発生しました。

**熱中症**とは、高温多湿な環境下において、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、めまい、こむらがり等の症状や重症では**死にいたる**こともあります。

大阪労働局では、労働災害防止団体などと連携して、職場における熱中症の予防のために

## 「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」

キャンペーン期間：5月～9月（重点取組期間7～8月）

を展開し、重点的な取組を進めています。

各事業場においては、事業者、労働者が協力して、**熱中症予防対策に取り組みましょう!**

なお、「STOP! 熱中症クールワークキャンペーン」については、裏面の「熱中症予防対策」の内容を踏まえた取組をすすめることに加え、本年については、とくに下記の内容にもご配慮のうえ対策を講じるようお願いいたします。

### ★ 下の項目をチェックして職場の熱中症予防に努めましょう!

- 暑さ指数（WBGT値）の低減に努めていますか？
- 熱への順化期間を設けていますか？
- 自覚症状の有無にかかわらず水分・塩分を摂っていますか？
- 透過性・通気性の良い服を着ていますか？
- 睡眠不足・体調不良ではありませんか？

具体的な対策は、裏面に記載していますので参考にしてください。

### ★ マスク着用時の注意点!

- ・マスク着用により、**熱中症のリスクが高まります!**
- ・屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合で、大声を出す必要がないときには、マスクをはずすよう周知しましょう。

### ★ 体調不良を訴えたときは、すぐ医療機関に。

#### 異常時の措置

- ・熱中症は、短時間で容体が急変します。あらかじめ、近くの病院の場所を確認しておき、異常を認めたときは**すぐに病院へ運ぶか、救急車を呼びましょう。**



厚生労働省 大阪労働局・各労働基準監督署

<https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-roudoukyoku/>

# 熱中症予防対策

## 事業場で実施すべき事項

事業場では、期間ごとに次の事項に重点的に取り組んで下さい。確実に実施したか確認しましょう☑

準備期間（4月1日～4月30日）	
<input type="checkbox"/>	<b>WBGT値の把握の準備</b> JIS規格「JIS B 7922」に適合した <b>WBGT指数計</b> を準備しましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>作業計画の策定など</b> 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 <b>余裕を持った作業計画</b> をたてましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>設備対策・休憩場所の確保の検討</b> 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、 <b>WBGT値を下げる方法</b> を検討しましょう。また、作業場所の近くに <b>冷房</b> を備えた休憩場所や <b>日陰</b> などの涼しい休憩場所を確保しましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>服装などの検討</b> 通気性の良い作業着を準備しておきましょう。 <b>身体を冷却する機能をもつ服</b> の着用も検討しましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>教育研修の実施</b> 熱中症の防止対策について、 <b>教育</b> を行いましょ。
<input type="checkbox"/>	<b>労働衛生管理体制の確立</b> 衛生管理者などを中心に、事業場としての <b>管理体制</b> を整え、必要なら <b>熱中症予防管理者の選任</b> も行いましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>緊急時の措置の確認</b> 体調不良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。

## 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。

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。

<input type="checkbox"/>	<b>WBGT値を下げるための設備の設置</b> 準備期間に検討した設備、休憩場所を設置しましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>休憩場所の整備</b> 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。
<input type="checkbox"/>	<b>通気性の良い服装など</b> 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。
<input type="checkbox"/>	<b>作業時間の短縮</b> WBGT値が高いときは、 <b>単独作業を控え</b> 、WBGT値に応じて <b>作業の中止</b> 、 <b>こまめに休憩をとる</b> などの工夫をしましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>熱への順化</b> 暑さに慣れるまでの間は <b>十分に休憩を取り</b> 、 <b>1週間程度かけて徐々に身体を慣らし</b> ましょう。特に、 <b>入職直後や夏季休暇明けの方は注意が必要</b> です！
<input type="checkbox"/>	<b>水分・塩分の摂取</b> のどが渇いていなくても <b>定期的に水分・塩分</b> を取りましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>ブレイクリング</b> 休憩時間にも体温を下げる工夫をしましょう。
<input type="checkbox"/>	<b>健康診断結果に基づく措置</b> 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。
<input type="checkbox"/>	<b>日常の健康管理など</b> 前日のお酒の飲みすぎはないか、寝不足ではないか、当日は朝食をきちんととったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的症状について説明し、早く気付くことができるようにしましょ。
<input type="checkbox"/>	<b>労働者の健康状態の確認</b> 作業中は管理者はもちろん、作業員同士お互いの健康状態をよく確認しましょう。

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
- 各労働者が暑さに慣れているか
- 各労働者は水分や塩分をきちんと取っているか
- 各労働者の体調は問題ないか
- 作業の中止や中断をさせなくてよいか

### 異常時の措置

～少しでも異常を感じたら～

- ・ **いったん作業を離れる**
- ・ **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**

## 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。
- 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。
- 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ょ。
- 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。
- 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**しましょ。

