

# STOP! 熱中症

## クールワークキャンペーン

7～8月は重点取組期間

令和4年5月～9月

### — 熱中症予防対策の徹底を図ろう —

職場における熱中症により、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。夏季を中心に「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を展開し、職場での熱中症予防に取り組みましょう!

新型コロナウイルス感染症の予防と熱中症予防の両立のため、屋外の暑熱環境下においては、人と十分な距離（少なくとも2m以上）を確保し、不織布マスク等を着用せず作業ができるよう、作業計画や作業方法を工夫するなどの対応が求められます。



労働災害防止キャラクター  
チュウイカン吉

### 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3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!

準備期間（4月1日～4月30日）	
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、教育を行いましょう。
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。

【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）

字ばう! 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



厚生労働省・長野労働局・労働基準監督署

(R4.3)

## キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

STEP  
1

### WBGT値の把握

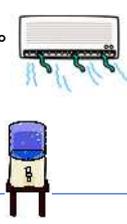
JIS規格に適合したWBGT指数計でWBGT値を測りましょう。



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、 <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。		
暑熱順化	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</b> しましょう。特に、 <b>入職直後</b> や <b>夏季休暇明け</b> 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 <b>定期的に水分・塩分</b> 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	<b>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</b> 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 <b>低減対策</b> は実施されているか
WBGT値に応じた <b>作業計画</b> となっているか
各作業者の <b>体調</b> や <b>暑熱順化の状況</b> に問題はないか
各作業者は <b>水分</b> や <b>塩分</b> をきちんと取っているか
作業の <b>中止</b> や <b>中断</b> 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、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ょう。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ょう。



# はしごからの 墜落・転落災害を防ごう



はしごは、身近な用具であります。使用方法を誤り、墜落した場合、脊椎等を損傷して、歩行困難等の**重篤な後遺障害**が残ったり、最悪の場合、**死亡**してしまうことがあります。

## 災害事例

設備工事中、作業のために天井に取り付けてあったチェンブロックを取り外すため、はしごに昇り、チェンブロックを取り外した際、バランスを崩し、高さ2.9メートルの位置から墜落した。

## 災害事例

屋根工事中、昇降のために立て掛けていたはしごで屋根から降りようとはしご棧に片足をかけたところ、はしごの足元が滑り、はしごが倒れるとともに、屋根から高さ3メートル下へ墜落した。

## はしごでの作業方法を選択する前に ～その作業、「はしご」で大丈夫？～

はしごは、基本的には昇降のために使用するものです。はしご上で、力を入れなければならない作業、一時的にでも棧から両手を離さなければならない作業等を行う場合、有効な墜落防止対策の実施が困難であり、墜落の可能性が高くなります。また、はしごから身を乗り出す無理な作業を行う場合、はしご自体が転倒してしまう危険性があります。

### 作業方法を決定する前にチェックしましょう

	はしごから身を乗り出さなければならない
	はしご上で、重量物、工具を支えなければならない
	両手をはしご棧から離さなければならない(3点確保 ができない) 手足のうち、3点は、はしご棧に接した状態を維持すること

☑が一つでもある場合、移動式足場、可搬式作業台、手すり付き脚立、高所作業車を用いる作業方法を選択するようにしましょう。

# はしごを使用する前、使用中に ～チェックしましょう使い方～

	はしごの上端を、床等から 60 cm以上突出しているか
	はしごの立て掛け角度は、75 度程度となっているか
	水平な場所に設置しているか（左右に傾いていないか）
	はしごの上部・下部を固定しているか （2連はしごの場合、取扱説明書をよく読んで、適切な固定方法を採用してください）
	はしごの踏みさん等に、損傷はないか
	はしごの向き（上下・表裏）は、適切か （2連はしご、はしご兼用脚立の場合、向きを間違えると危険です）
	はしごの足元に、滑り止めがあるか
	靴は、滑りづらく、昇降中に脱げないものを履いているか
	ヘルメット（墜落時保護用）を着用し、あごひもを締めているか
	昇降時には、三点確保を徹底しているか （手に材料等をもって昇降していないか）

