

STOP! 熱中症

7～8月は重点取組期間

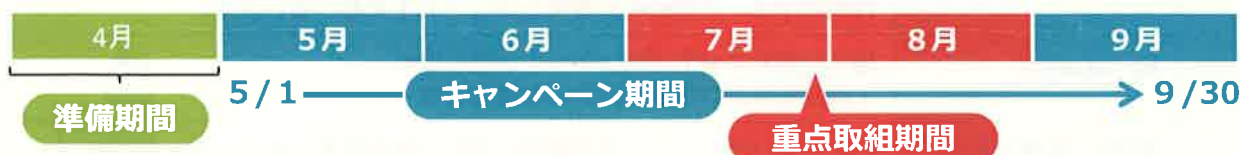
令和元年5月～9月

クールワークキャンペーン

— 熱中症予防対策の徹底を図る —

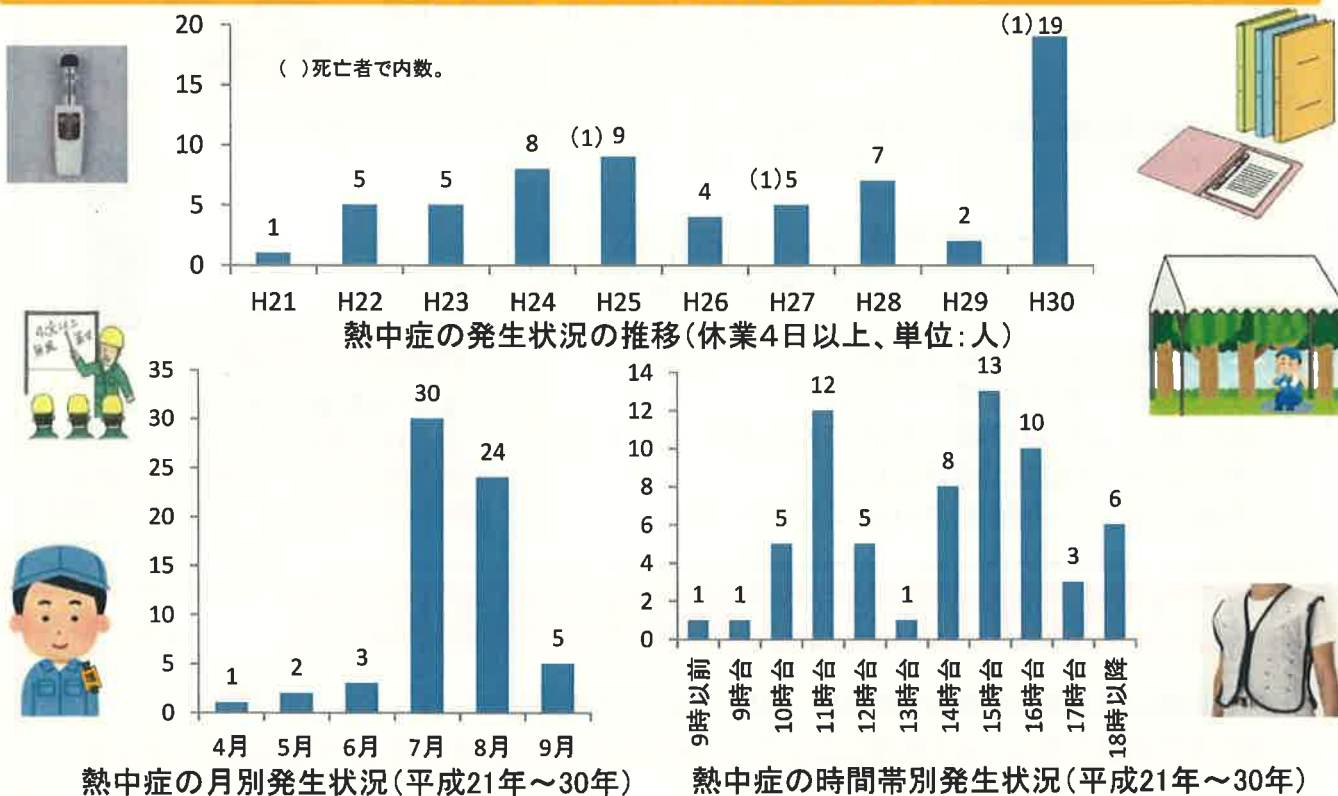
長野県内の職場における熱中症の発生は7～8月に多く、4日以上仕事を休む人は多い年で20人近くにのぼり、亡くなる方もいらっしゃいます。そこで、長野労働局では労働災害防止団体などと連携して、「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を展開し、職場での熱中症予防のための重点的な取組を進めています。各事業所でも、事業者、労働者の皆さまご協力のもと、熱中症予防に取り組みましょう！

●実施期間：令和元年5月1日から9月30日まで（準備期間4月、重点取組期間7～8月）



事業場では、期間ごとに実施事項に重点的に取り組んでください。
確実に実施したかを確認し、裏面の□にチェックを入れましょう！

長野県における熱中症の発生状況



【主催】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（農林水産省、国土交通省、環境省）

キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

STEP
1

☐ 暑さ指数（WBGT値）の把握

JIS 規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を測りましょう。



暑さ指数計の例

STEP
2

測定した暑さ指数に応じて次の対策を取りましょう。

| | | | |
|--------------------------|------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> | 暑さ指数を下げるための設備の設置 | | |
| <input type="checkbox"/> | 休憩場所の整備 | | |
| <input type="checkbox"/> | 涼しい服装等 | | |
| <input type="checkbox"/> | 作業時間の短縮 | 暑さ指数が高いときは、 単独作業を控え 、暑さ指数に応じて 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。 | |
| <input type="checkbox"/> | 熱への順化 | 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。 | |
| <input type="checkbox"/> | 水分・塩分の摂取 | のどが潤いていなくても 定期的に水分・塩分 を取りましょう。 | |
| <input type="checkbox"/> | 健康診断結果に基づく措置 | 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う。 | |
| <input type="checkbox"/> | 日常の健康管理等 | 前日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取ったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的な症状について説明し、早く気づくことができるようにしましょう。 | |
| <input type="checkbox"/> | 労働者の健康状態の確認 | 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

熱中症予防管理者は、暑さ指数を確認し、巡視等により、次の事項を確認しましょう。

- 暑さ指数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～

- ・一旦作業を離れる
- ・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

長野労働局における重点取組期間（7月1日～8月31日）



- 暑さ指数の低減効果を改めて確認し、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、暑さ指数に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底しましよ
- 水分、塩分を積極的に取りましよう。
- 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よう。
- 少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、すぐに救急車を呼びましよう。

