



埼労発基 0615 第 1 号  
令和 2 年 6 月 1 5 日

関係団体の長 殿

埼玉労働局長



### 梅雨明け後における熱中症予防対策の徹底について

日頃より労働行政の推進について格別のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、当局における昨年の埼玉県内の事業場での休業 4 日以上の中症の発生状況を見ると、平均気温が 20 度台から 30 度台になった直後に増加していることが分かりました。これは、7 日以上必要とされる熱への順化ができていなかったことが要因の一つとして考えられるところです。

今後、梅雨明け後の気温が上がる時期に向けて、特に下記に留意の上、別添リーフレット「STOP! 熱中症クールワークキャンペーン」により、傘下会員に対して、梅雨明け後における熱中症予防対策の徹底について指導援助いただきますようお願い申し上げます。

なお、今年は、新型コロナウイルス感染症を踏まえ、「新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式」（令和 2 年 5 月 4 日）が示されたことから、職場においても、十分な感染症予防対策を行いながら、熱中症予防措置を講じる必要があるため、新型コロナウイルス感染症予防のため着用するマスクをはずせる環境の休憩場所の確保についても指導援助いただきますよう、併せて、お願い申し上げます。

### 記

- 1 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すること。
- 2 水分、塩分を積極的に取ること。
- 3 少しでも異常を認めるときは、ためらうことなく、すぐに救急車を呼ぶこと。



# STOP! 熱中症

## 2020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 —

職場における熱中症で亡くなる人は、毎年全国で10人以上にのぼり、4日以上仕事を休む人は、400人を超えています。厚生労働省では、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。各事業場でも、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：2020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月）



### 重点取組期間（7月1日～7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。
- 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ょ。
- 水分、塩分を積極的に取りましょ。
- 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、すぐに救急車を呼びましょ。



#### ※熱中症予防関連サイト

厚生労働省 熱中症の予防対策におけるWBGTの活用について

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei05/index.html>

環境省 熱中症予防情報サイト（暑さ指数（WBGT）の実況と予測ほか）

<http://www.wbgt.env.go.jp/>



【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）





# 令和2年度の 熱中症予防行動

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

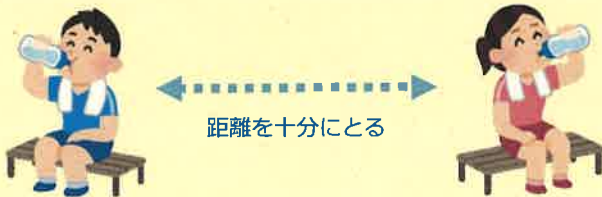
新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

### 1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



### 2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

### 3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

### 4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養

### 5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

