STOP! 熱中症 クールワーク キャンペーン

職場での熱中症により近年は、
一年間で約30人が亡くなり、
約1,000人以上が4日以上
仕事を休んでいます。

◀キャンペーン実施要項

キャンペーン期間

4月	5月	6月	7月	8月	9月
準備			重点取組		

準備期間 4月 にすべきこと

きちんと実施されているかを確認し、
☑チェックしましょう。

☐ 労働衛生管理体制の確立

事業場ごとに熱中症予防管理者を選任し
熱中症予防の責任体制を確立

☐ 暑さ指数(WBGT)の把握の準備

JIS規格に適合した暑さ指数計を
準備し、点検

☐ 作業計画の策定

暑さ指数に応じた休憩時間の確保、作業中止
に関する事項を含めた作業計画を策定

☐ 設備対策の検討

暑さ指数低減のため簡易な屋根、通風
または冷房設備、散水設備の設置を検討

☐ 休憩場所の確保の検討

冷房を備えた休憩場所や
涼しい休憩場所の確保を検討

☐ 服装の検討

透湿性と通気性の良い服装を準備、送風や
送水により身体を冷却する機能をもつ服の
着用も検討

☐ 教育研修の実施

管理者、労働者に
対する教育を実施

ガイド・教育動画　e-learning

☐ 緊急時の対応の事前確認

緊急時の対応（異常時における連絡体制や
対応手順等）を確認し、関係者に周知

【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）

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare ・都道府県労働局・労働基準監督署

（R７.２）

キャンペーン期間 5月～9月 にすべきこと

環境省
熱中症予防情報
サイト

STEP 1

暑さ指数の把握と評価

JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握

地域を代表する一般的な暑さ指数（環境省）を参考とすることも有効

STEP 2

測定した暑さ指数に応じて以下の対策を徹底

- ☐ **暑さ指数の低減**
  準備期間に検討した設備対策を実施
- ☐ **休憩場所の整備**
  準備期間に検討した休憩場所を設置
- ☐ **服装**
  準備期間に検討した服装を着用
- ☐ **作業時間の短縮**
  作業計画に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止
- ☐ **プレクーリング**
  作業開始前や休憩時間中に深部体温を下げる
- ☐ **水分・塩分の摂取**
  水分と塩分を定期的に摂取（水分等を携行させる等を考慮）
- ☐ **暑熱順化への対応**
  熱に慣らすため、7日以上かけて作業時間の調整
  ※新規入職者や休み明け労働者は別途注意すること
- ☐ **健康診断結果に基づく対応**
  次の疾病を持った方には医師等の意見を踏まえ配慮　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
- ☐ **日常の健康管理**
  当日の朝食の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒が熱中症の発症に影響を与えることを指導し、作業開始前に確認
- ☐ **作業中の労働者の健康状態の確認**
  巡視を頻繁に行い声をかける、「バディ」を組ませる等労働者にお互いの健康状態を留意するよう指導
- ☐ **異常時の対応**
  あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等の周知徹底
  少しでも本人や周りが異変を感じたら、あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等に基づき適切に対応
  ※必ず一旦作業を離れ、**全身を濡らして送風する**ことなどにより身体を冷却
  ※症状が回復しない場合は躊躇なく病院に搬送する（症状に応じて救急隊を要請）

重点取組期間 7月 にすべきこと

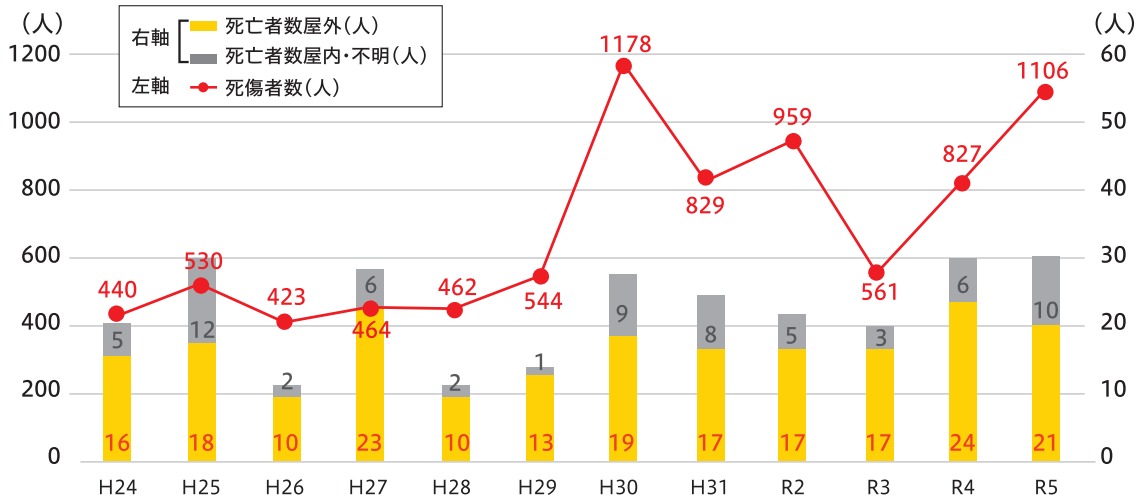
- ☐ 暑さ指数の低減効果を再確認し、必要に応じ対策を追加
- ☐ 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底
- ☐ 水分、塩分を積極的に取らせ、その確認を徹底
- ☐ 作業開始前の健康状態の確認を徹底、巡視頻度を増加
- ☐ 熱中症のリスクが高まっていることを含め教育を実施
- ☐ 体調不良の者に異常を認めたときは、躊躇することなく救急隊を要請

令和７年６月１日に
改正労働安全衛生規則が
施行されます

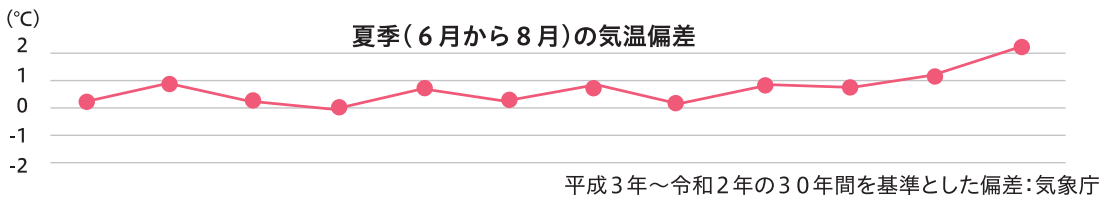
職場における熱中症対策の強化について

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

夏季の気温と職場における 熱中症の災害発生状況(H24～)



業務上疾病調：厚生労働省（死傷者数は休業４日以上、死傷者数には死亡者数を含む）



平成３年～令和２年の３０年間を基準とした偏差：気象庁

熱中症による 死亡災害の多発を踏まえた対策の強化について

職場における 熱中症による死亡災害の傾向

・死亡災害が**２年連続で30人レベル。**
・熱中症は死亡災害に至る割合が、**他の災害の約５～６倍。**
・**死亡者の約７割は屋外作業**であるため、気候変動の影響により更なる増加の懸念。

ほとんどが
「初期症状の放置・対応の遅れ」

早急に求められる対策

「職場における熱中症予防基本対策要綱」や「STOP! 熱中症クールワークキャンペーン実施要綱」で実施を求めている事項、現場で効果を上げている対策を参考に、

現場において
死亡に至らせない(重篤化させない)ための適切な対策の実施が必要。

熱中症死亡災害(R2-R5)の分析結果

100件の内容は以下のとおり

(1) 発見の遅れ
重篤化した状態で発見
78件

(2) 異常時の対応の不備
医療機関に搬送しない等
41件

職場における 熱中症予防基本対策要綱に基づく取り組み

第1 WBGT値（暑さ指数）の活用

WBGT基準値とは

暑熱環境による熱ストレスの評価を行う暑さ指数のこと

日本産業規格JIS Z 8504を参考に実際の作業現場で測定
実測できない場合には、熱中症予防情報サイト等で
WBGT基準値を把握。

WBGT基準値の活用方法

表1-1に基づいて
身体作業強度とWBGT基準値を比べる

基準値を超える場合には

・冷房等により当該作業場所のWBGT基準値の低減を図ること
・身体作業強度（代謝率レベル）の低い作業に
変更すること（表1-1参照）
・WBGT基準値より低いWBGT値である作業場所での作業
に変更すること

表1-1 身体作業強度等に応じた WBGT 基準値

区分	身体作業強度（代謝率レベル）の例	各身体作業強度で作業する場合のWBGT値の目安の値	
		暑熱順化者のWBGT基準値 ℃	暑熱非順化者のWBGT基準値 ℃
0 安静	安静、楽な座位	33	32
1 低代謝率	・軽い手作業（書く、タイピング等） ・手及び腕の作業 ・腕及び脚の作業 など	30	29
2 中程度代謝率	・継続的な手及び腕の作業 ［くぎ（釘）打ち、盛土］ ・腕及び脚の作業、 腕と胴体の作業 など	28	26
3 高代謝率	・強度の腕及び胴体の作業 ・ショベル作業、ハンマー作業 ・重量物の荷車及び手押し車を 押したり引いたりする など	26	23
4 極高代謝率	・最大速度の速さでの とても激しい活動 ・激しくシャベルを使ったり 掘ったりする など	25	20

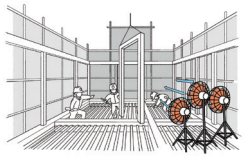
それでも基準値を超えてしまうときには **第2 熱中症予防対策** を行う。

第2 熱中症予防対策

1 作業環境管理

（1）WBGT値の低減等

屋外の高温多湿作業場所においては、直射日光並びに周囲の壁面及び地面からの照り返しを遮ることができる簡易な屋根等を設けること。



（2）休憩場所の整備等

高温多湿作業場所の近隣に冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所を設けること。

2 作業管理

（1）作業時間の短縮等

（2）暑熱順化

高温多湿作業場所において労働者を作業に従事させる場合には、暑熱順化（熱に慣れ当該環境に適応すること）の有無が、熱中症の発症リスクに大きく影響することを踏まえ、計画的に暑熱順化期間を設けることが望ましいこと。

（3）水分及び塩分の摂取

自覚症状の有無にかかわらず、水分及び塩分の作業前後の摂取及び作業中の定期的な摂取を指導すること。

（4）服装等

熱を吸収し、又は保熱しやすい服装は避け、透湿性及び通気性の良い服装を着用させること。

（5）作業中の巡視

3 健康管理

（1）健康診断結果に基づく対応等

（2）日常の健康管理等

睡眠不足、体調不良、前日等の飲酒、朝食の未摂取等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることに留意の上、日常の健康管理について指導を行うとともに、必要に応じ健康相談を行うこと。

（3）労働者の健康状態の確認

（4）身体の状況の確認

4 労働衛生教育

労働者を高温多湿作業場所において作業に従事させる場合には、適切な作業管理、労働者自身による健康管理等が重要であることから、作業を管理する者及び労働者に対して、あらかじめ次の事項について労働衛生教育を行うこと。

（1）熱中症の症状

（2）熱中症の予防方法

（3）緊急時の救急処置

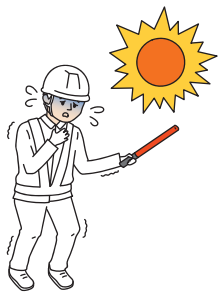
（4）熱中症の事例

今回の労働安全衛生規則の改正について

基本的な考え方

見つける

（例）作業員の様子がおかしい…



判断する

（例）医療機関への搬送、救急隊要請

対処する

（例）救急車が到着するまで
作業着を脱がせ水をかけ全身を急速冷却

現場の実態に即した具体的な対応

現場における対応

熱中症のおそれがある労働者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、以下の**「体制整備」、「手順作成」、「関係者への周知」**が事業者に義務付けられます。

1

「熱中症の自覚症状がある作業者」や「熱中症のおそれがある作業者を見つけた者」がその旨を報告するための体制整備及び関係作業者への周知。

※報告を受けるだけでなく、職場巡視やバディ制の採用、ウェアラブルデバイス等の活用や双方向での定期連絡などにより、熱中症の症状がある作業者を積極的に把握するように努めましょう。

2

熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ的確な判断が可能となるよう、

① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等

② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順の作成及び関係作業者への周知

※参考となるフロー図を２つ掲載していますが、これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。
※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応が推奨されます。
※同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講じることとします。

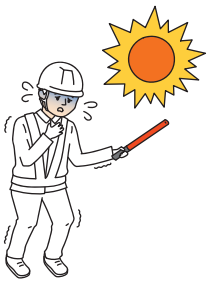
対象となるのは

「WBGT28度以上又は気温31度以上の環境下で連続１時間以上又は１日４時間を超えて実施」が見込まれる作業

熱中症のおそれのある者に対する処置の例

フロー図 1

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



熱中症のおそれのある者を発見

作業離脱、身体冷却

意識の異常等

異常等あり

異常等なし

救急隊要請

自力での水分摂取

できない

できる

医療機関への搬送

経過観察

回復しない、症状悪化

回復

回復

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、
連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ定めておく。

熱中症が疑われる症状例

【他覚症状】
ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等

【自覚症状】
めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温 等

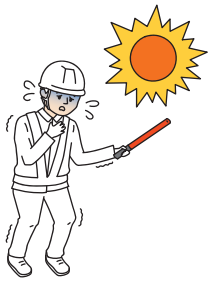
「意識の有無」だけで判断するのではなく、
① 返事がおかしい
② ぼーっとしている
など、普段と様子がおかしい場合も異常等ありとして取り扱うことが適当。
判断に迷う場合は、安易な判断は避け、＃7119等を活用するなど専門機関や医療機関に相談し専門家の指示を仰ぐこと。

医療機関までの搬送の間や経過観察中は、一人にしない。
（単独作業の場合は
常に連絡できる状態を維持する）

熱中症のおそれのある者に対する処置の例

フロー図 2

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



熱中症のおそれのある者を発見

熱中症が疑われる症状例

【他覚症状】
ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等

【自覚症状】
めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温 等

①返事がおかしい
②ぼーっとしている
など、普段と様子がおかしい場合も、熱中症のおそれありとして取り扱うことが適当。

作業離脱、身体冷却

医療機関への搬送

医療機関への搬送に際しては、必要に応じて、救急隊を要請すること。
救急隊を要請すべきか判断に迷う場合は、
＃7119等を活用するなど、専門機関や医療機関に相談し、専門家の指示を仰ぐことも考えられる。

医療機関までの搬送の間や経過観察中は、一人にしない。
（単独作業の場合は
常に連絡できる状態を維持する）

回復

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、
連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ定めておく。

“いつもと違う”と思ったら、熱中症を疑え

あれっ、何かおかしい

- 手足がつる
- 立ちくらみ・めまい
- 吐き気
- 汗のかき方がおかしい

汗が止まらない／汗がでない

これも初期症状

- 何となく体調が悪い
- すぐに疲れる

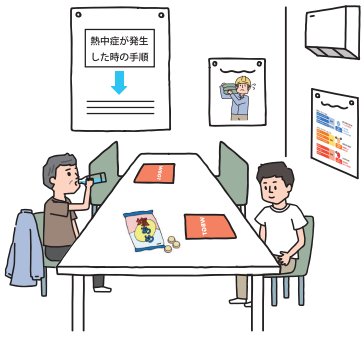
あの人、ちょっとヘン

- イライラしている
- フラフラしている
- 呼びかけに反応しない
- ボーッとしている

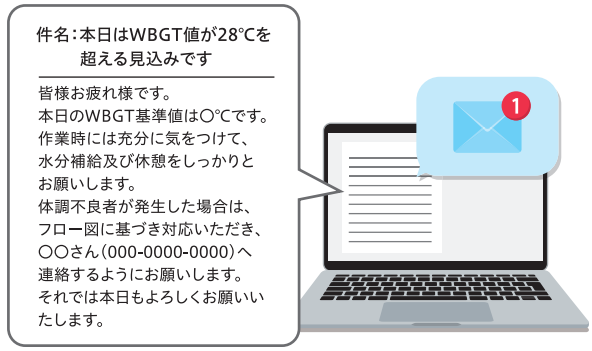
すぐに周囲の人や現場管理者に申し出る

手順や連絡体制の周知の一例

【朝礼やミーティングでの周知】



【会議室や休憩所などわかりやすい場所への掲示】



【メールやイントラネットでの通知】