

東労発基 0706 第1号
令和4年7月6日

各 位

東京労働局長
(公印省略)

重点取組期間における熱中症予防対策の徹底について（要請）

日頃から労働者の健康確保対策の推進に御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、職場における熱中症の予防については、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」実施要綱、職場における熱中症の発生状況等をお送りし、会員事業場に対する周知等をお願いしてきたところですが、クールワークキャンペーンの重点取組期間である7月を迎え、各事業場において重点取組期間の実施事項等が確実に実施されることが重要となっています。

昨年の東京労働局管内の熱中症による死傷災害の発生状況を見ると、死傷災害44件（うち死亡災害2件）のうち梅雨明け直後の7月16日から20日までの5日間に13件が発生しており、梅雨明け直後や夏季休暇明けの暑熱順化を適切に行なうことが求められます。

また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のためのマスクの着用は、息苦しさや不快感のもとなるなどの問題があり、単独作業や屋外で2メートル以上の距離が確保できる場合などマスクを外してよい場面や場所を明確にし、関係者に周知しておくことが望まれます。

つきましては、昨年の熱中症による死傷災害の発生状況等を踏まえ、下記の事項について事業者団体と会員事業場が一体となって重点的に取り組むよう要請いたします。

記

- 1 W B G T 値（暑さ指数）を測定し、測定結果に応じて、作業の中止、短縮、休憩時間の確保の措置を講じること。この際、各労働者の暑熱順化の程度に留意すること。
- 2 熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病を有する者への配慮、日常の健康管理の指導、及び作業開始前・作業中の労働者の健康状態の確認を行うこと。
- 3 水分及び塩分の積極的な摂取と熱中症予防管理者等による確認を行うこと。
- 4 期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に熱中症予防教育を実施すること。
- 5 意識がない、返事がおかしい等の異常を認めたときは、躊躇することなく救急隊を要請すること。また、体調不良の者を休憩させる場合は、状態の変化を継続的に把握し、水分を自分で摂取できない、回復しない場合には、医療機関へ搬送すること。
- 6 単独作業や屋外で他者と2メートル以上の距離が確保できる場合などマスクを外してよい場面や場所を明確にし、関係者に周知すること。

建設現場における熱中症予防と新型コロナウイルス感染防止

～建設現場におけるマスク等の正しい選び方、使い方について～

建設現場で必要な対応

混在作業が行われる建設現場では、マスク等の着用も含め、一人ひとりの感染防止に向けた対応が職場全体の感染リスクを抑えることにつながります。

換気の悪い屋内空間において複数人で作業を行う場合にはマスク等を着用する必要がありますが、**単独作業の場合や屋外で他の作業員と十分な距離（2m以上）が確保できる場合などでは、熱中症予防の観点からマスク等を外した方がよい場合も考えられます。**

熱中症予防に配慮した上で、感染防止を図るには、「マスク等を着用する場面」、「マスク等の選び方」、「正しい着用方法」を作業員一人ひとりに徹底することが重要です。

1 作業に応じたマスク等の選び方

①マスク等の種類と特性

マスク等は、飛沫の飛散防止、飛沫の吸入防止のために着用するのですが、様々な種類のものがあります。市販の不織布マスクをはじめ、一般に使用されているマスク等を建設現場で使用すること想定した場合の特性をまとめると次のとおりです（※1）。

「○：優れている」、「○：良好」、「△：普通」、「×：やや劣る」

	顔面への密着	フィルタの密度	飛沫吸引防止	飛沫飛散防止	呼吸しやすさ	快適さ/蒸し暑さ
不織布マスク	△	○	○	○	×	△
布マスク	△	△～○	△	○	△	△
ウレタンマスク	△	△	△	○	△	○
マウスシールド	×	×	×	×	○	○
フェイスシールド	×	×	×	△	○	○
ネックガード	△	△	△	○	○	○
取替え式防じんマスク（※2）	○	○	○	○	×	×
使い捨て式防じんマスク（※2）	○	○	○	○	×	△

（※1）令和2年度厚生労働科学特別研究事業「建設現場での作業等におけるプロテクタの選定・使用ツールキットの開発に関する調査研究」をもとに作成したもの。

調査研究は一部の製品を対象として測定を行った結果を取りまとめたものであり、個々の製品によっては上記の表とは特性が異なる場合があります。

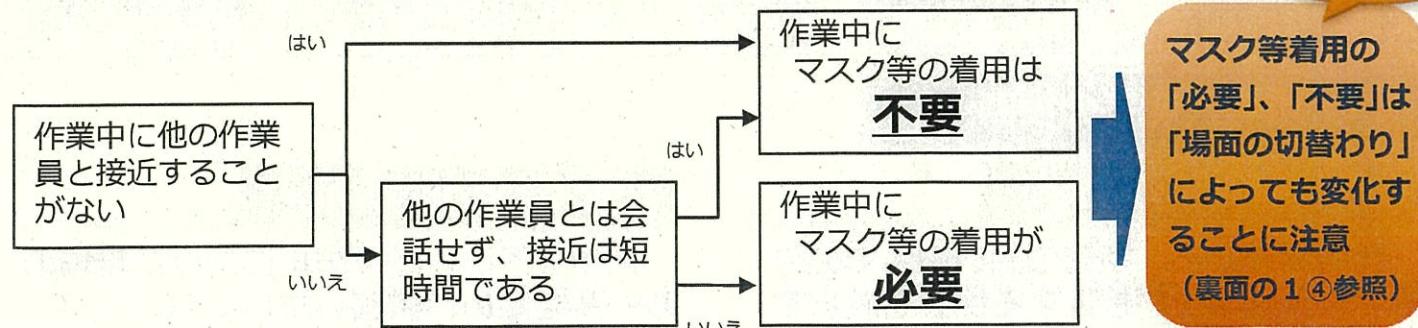
（※2）一定の作業の際は、労働安全衛生関係法令に基づき、防じんマスクの着用が義務付けられています。

②マスク等を着用すべき場面

建設現場における作業は、単独作業や他の作業員と十分な距離（2m以上）をとって行われる場合がある一方、「朝礼」や「作業工程の確認」などのほか、「休憩・食事」、「工事用エレベータでの集団での移動」など、作業員同士が近くに集まる場面もあります。

管理者は、個々の作業が行われる状況を踏まえ、**マスク等を着用すべき場面を特定し、作業員一人ひとりに周知してください。**

ここがポイント！



③作業負荷とマスク等着用による熱中症リスク

マスク等の着用による新型コロナウイルスの感染防止効果や熱中症発症リスクについては、現時点では定量的に明らかになつていませんが、令和2年度に実施した研究（※）の結果、以下のようなことが分かっています。

- ①マスク等の着用により呼吸時の負担感が増加し、飛沫飛散防止等の効果が高いものでは息苦しさを強く感じる
- ②軽い負荷の運動では、マスク等の有無により深部体温の上昇には差がない
- ③マスク等の内部の「酸素濃度の低下」、「二酸化炭素濃度の上昇」が見られた
(軽い負荷の運動では血液中のガス濃度に影響はないが、高負荷作業には注意が必要)

（※）令和2年度厚生労働科学特別研究事業「建設現場での作業等におけるプロテクタの選定・使用ツールキットの開発に関する調査研究」

④マスク等の選定に当たっての考え方

○マスク等の選定に当たって考慮すべき事項

飛沫飛散防止等の効果が高いマスク等を着用していても、作業中の息苦しさを和らげるため、顔とマスク等との間に隙間を作った場合には感染防止効果が低下します。

マスク等の選定に当たっては、①作業負荷のほか、②作業時の人との距離、③作業場所の状況、④連続作業時間、⑤コミュニケーションの取りやすさなどにも留意しましょう。

○マスク等が必要な場面への備え

休憩や昼食、作業連絡、車両やエレベータでの移動などの際に他の作業員と十分な距離が確保できない場合には、マスク等の着用が必要になります。マスク等の着用が不要な作業であっても、「場面の切替わり」に備え、マスク等を携帯しましょう。

⑤マスク等の着用状況と接触感染

マスク等を着用しない、又は飛沫飛散防止効果が低いマスク等を着用して作業を行った場合、作業対象や工具等に飛沫が付着する可能性が高まります。複数の作業員が共用する工具等や操作盤などについては接触感染防止のため、こまめに消毒しましょう。

2 マスク等の正しい付け方と効果

作業中の息苦しさから「あごに掛ける」、「鼻を出す」など、正しい方法で着用しなかった場合、マスク等の感染防止効果が低下します。マスク等は正しい方法で着用し、息苦しさなどを感じた場合にはマスク等を外せる環境で休憩をとるようにしましょう。



3 現場管理者の役割

①計画段階での検討

計画段階から、換気の悪い室内での作業や作業員同士が接近する機会を減らすよう努めましょう。

（例）朝礼の工夫、作業時間帯や休憩時間の分散、マスクを外せず休憩場所の確保等

②現場でのルール化

熱中症予防と感染防止に向けた現場のルールを定め、徹底しましょう。

（例）マスク等を着用すべき場所の掲示、休憩場所の使い方、職場外での留意事項等

屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。
- 一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、
距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、
マスクを着用する必要はありません。
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ
会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要はありません。



【屋外】

	距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	<p>マスク必要なし</p>	<p>マスク着用推奨</p>
会話をほとんど行わない	<p>マスク必要なし</p>	<p>マスク必要なし</p>

公園での散歩やランニング、サイクリングなど

徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】

	距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	<p>マスク着用推奨</p> <p>※十分な換気など感染防止対策を講じている場合は外すこと也可</p>	<p>マスク着用推奨</p>
会話をほとんど行わない	<p>マスク必要なし</p> <p>距離を確保して行う 図書館での読書、芸術鑑賞</p>	<p>マスク着用推奨</p>

通勤ラッシュ時や人混みの中ではマスクを着用しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。
体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。

夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。



STOP ! 熱中症

令和4年5月～9月

クールワークキャンペーン

— 热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 ! 热中症 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！

労働災害防止キャラクター チューオイ 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4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）



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）	
<input type="checkbox"/> WBGT値の把握の準備	JIS 規格「JIS B 7922」に適合したWBGT指數計を準備しましょう。
<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 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）



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

(R 4.3)

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。



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"/> 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。
<input type="checkbox"/> 通気性の良い服装等	
<input type="checkbox"/> 作業時間の短縮	WBGT値が高いときは、 単独作業を控え 、WBGT値に応じて 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"/> 暑熱順化	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。特に、 入職直後や夏季休暇明け の方は注意が必要です！
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	のどが渇いていなくても 定期的に水分・塩分 を取りましょう。
<input type="checkbox"/> 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。
<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取るようにしましょう。熱中症の具体的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なります。
<input type="checkbox"/> 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。

WBGT指数計の例



STEP
3

熱中症予防管理者等は、WBGT値を確認し、巡回などにより、次の事項を確認しましょう。

<input type="checkbox"/> WBGT値の 低減対策 は実施されているか
<input type="checkbox"/> WBGT値に応じた 作業計画 となっているか
<input type="checkbox"/> 各作業者の 体調や暑熱順化の状況 に問題はないか
<input type="checkbox"/> 各作業者は 水分や塩分 をきちんと取っているか
<input type="checkbox"/> 作業の 中止や中断 をさせなくてよいか

□異常時の措置



- ～少しでも異変を感じたら～
- ・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

重点取組期間（7月1日～7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、作業の中止、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。**
- 各自分が、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、少しだけ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。



事業者の皆さん、労働者の皆さんへ

令和3年度 厚生労働省委託事業 職場における熱中症予防に用いる機器の適正な使用法等周知事業

職場における熱中症予防対策 ポータルサイト及び講習動画のご案内

ポータルサイトのご案内

厚生労働省では、職場における熱中症予防に関するポータルサイトを開設し、職場で起こる熱中症について、症状や分類、予防対策について、具体的な事例を交えて紹介しています。

場所を問わずアクセスして学べる、熱中症予防のためのオンライン教育用動画や理解度クイズなども掲載しています！

暑い夏を乗り切るにあたり、熱中症予防対策の徹底を図るために、是非ご活用ください！



学ぼう！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

<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>



講習動画のご案内

無料

職場における熱中症対策を効果的に推進するための講習動画を無料で配信しています！

1動画あたりの閲覧所要時間が15分程度なので、すきま時間にもご覧いただけます。

- 热中症が発生する原理と発生時の措置
- 热中症予防対策として有効な対策（管理者向け）
- 热中症予防対策として有効な対策（作業者向け）
- WBGT指数計を用いた作業環境管理方法について

WBGT値、確認ヨシ！



講師紹介

齊藤 宏之

独立行政法人 労働者健康安全機構 労働安全衛生総合研究所



ポータルサイトではこんな内容が学べます！

Q1 熱中症防止の目的で使う測定器として、もっとも適当なものはどれでしょうか？

- a デジタル式の温湿度計
- b 黒球の付いたWBGT指数計
- c 黒球の付いていない温湿度計
- d 黒球の付いていないWBGT指数計

Q3 軽度の熱中症が疑われる作業員がいたため、水分・塩分をとらせ、涼しい部屋で休ませましたが、なかなか良くなりません。
このような場合、適切な対応はどれでしょうか？

- a 蹟躇なく医療機関に搬送する
- b 急がせず、日陰をゆっくり歩いて病院に行かせる
- c タクシーで自宅に帰らせる
- d 軽度の熱中症なので引き続き様子を見る

Q2 暑熱作業中の水分・塩分摂取の方法として、適当なものはどれでしょうか？

- a 水分・塩分を喉の渴きの有無によらず、定期的に摂取させる
- b 水分・塩分は作業者本人が喉の渴きに応じて摂取する
- c あまり水を飲むと体がなまってしまうので、飲む量や回数は最小限にする

詳しい解説はポータルサイトに掲載しています！
是非ご覧下さい！

渴く前に飲む！



チューイ カン吉

【受託実施】テクノヒル株式会社 化学物質管理部門（職場における熱中症予防対策事務局）

東京都中央区日本橋蛎殻町2-5-3 サンホリベビル4F

お問い合わせは、下記メールアドレス宛にお願いいたします。

e-mail: netsu@technohill.co.jp