

令和5年「STOP! 熱中症 クールワーク キャンペーン」実施中

厚生労働省 労働基準局 安全衛生部 労働衛生課

1. はじめに

本稿では、職場における熱中症の発生状況を説明した上で、令和5年「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」のポイントとともに、新たに作成した「働く人がすぐ使える熱中症ガイド」をご紹介します。職場における熱中症対策の点検や取組強化にご活用ください。

2. 令和4年の職場における熱中症による死傷災害の発生状況

(1) 死傷者数の状況（2013～2022年）

令和4年の職場における熱中症による死亡者及び休業4日以上の業務上疾病者の数（以下、合

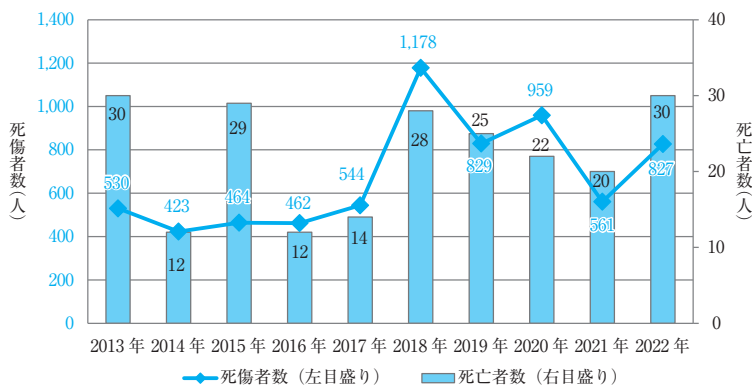


図-1 職場における熱中症による死傷者数の推移

せて「死傷者数」という)は、827人でした。このうち30の方が亡くなっています。過去10年の発生状況を見てみると、令和4年(2022年)の30人という死亡者数は、2013年と並び最も多い人数となりました。死傷者数827人も高い水準といえます(図-1)。

(2) 業種別発生状況

次に、業種別の発生状況を見てみます。過去5年間(2018～2022年)で捉えると、建設業、製造業、運送業という順で多く発生しています(図-2)。また、死亡災害では、建設業、製造業、警備業の順で多く起きています(図-3)。本稿をお読みの皆さまには、建設業及び警備業で多く発生している状況について改めてご認識いただきたいと思ひます。

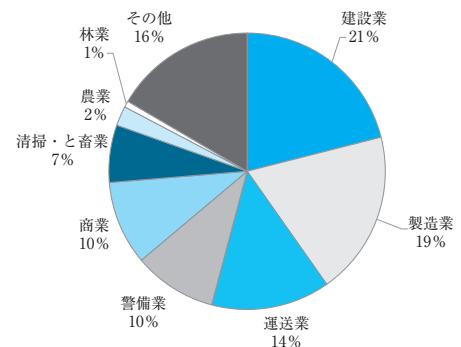


図-2 熱中症による業種別死傷者数の割合(2018～2022年計)

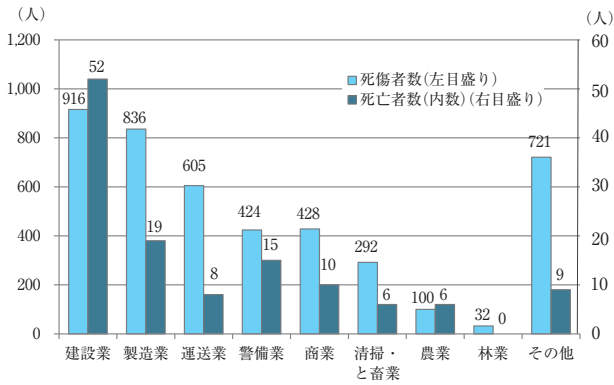


図-3 熱中症による業種別死傷者数 (2018～2022年計)

(3) 月・時間帯別発生状況

全体の8割以上が7月及び8月に発生していますが、6月や9月でも発生しています(図-4)。特に令和4年は、6月の死傷者数が184名と例年に比べ多く発生し、10名の方が亡くなりました(表-1)。作業環境によっては6月であっても注意が必要なのは明らかで、暑さ指数(WBGT)の把握が有効といえます。

次に、時間帯別で見ると、死傷者数は15時台が最も多く、次いで14時台が多くなっています。一方で、どの時間帯でも発生しているので注意が必要です。日中の作業終了後に帰宅してから体調が悪化して病院へ搬送されるケースも散見されるので、注意が必要です(図-5)。

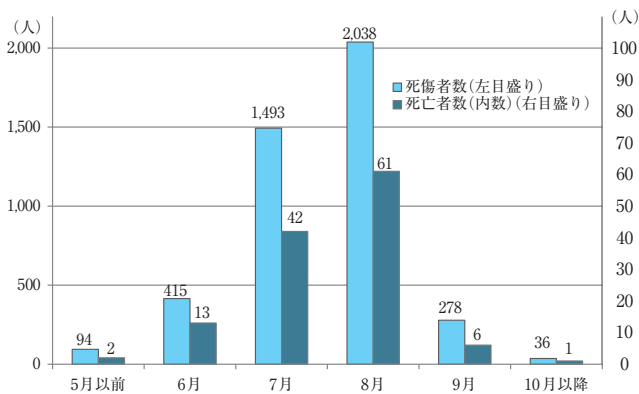


図-4 熱中症による月別死傷者数 (2018～2022年計)

表-1 熱中症による死傷者数の月別の状況 (2018～2022年)

	5月以前	6月	7月	8月	9月	10月以降	計
2018年	19 (0)	60 (2)	697 (17)	366 (8)	31 (1)	5 (0)	1,178 (28)
2019年	30 (0)	45 (1)	177 (5)	472 (15)	97 (3)	8 (1)	829 (25)
2020年	18 (1)	85 (0)	115 (4)	651 (16)	84 (1)	6 (0)	959 (22)
2021年	11 (1)	41 (0)	213 (7)	269 (12)	20 (0)	7 (0)	561 (20)
2022年	16 (0)	184 (10)	291 (9)	280 (10)	46 (1)	10 (0)	827 (30)
計	94 (2)	415 (13)	1,493 (42)	2,038 (61)	278 (6)	36 (1)	4,354 (125)

※1 5月以前は1月から5月まで、10月以降は10月から12月までを指す。
 ※2 () 内の数値は死亡者数で内数である。

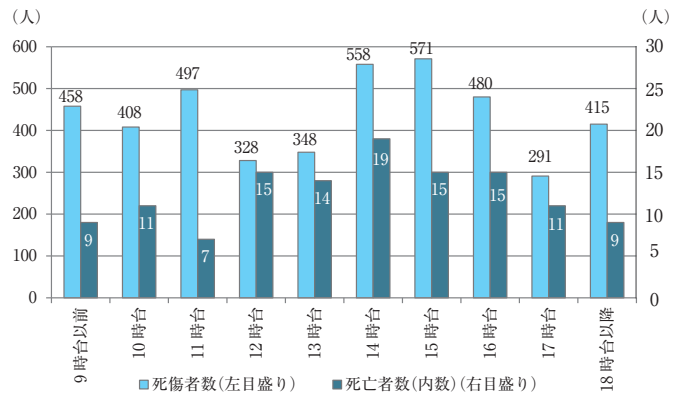


図-5 熱中症による時間帯別死傷者数 (2018～2022年計)

(4) 年齢別発生状況

全体の約5割が50歳以上で発生していました。一方、どの年齢層でも偏りなく発生していることがわかります。高齢者に熱中症リスクの高い方が多いと思われることから留意が必要であるとともに、若年層にもしっかりと注意を払う必要があるといえます(図-6)。

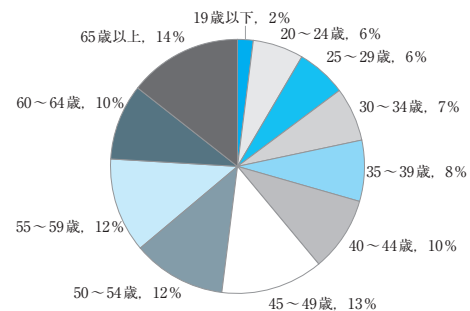


図-6 熱中症による年齢別死傷者数の割合 (2018～2022年計)

(5) 死亡災害の事例

令和4年の職場における熱中症による死亡災害は30件でした。皆さまの職場で熱中症による死亡災害を発生させないためには、どのように熱中症が発生し、どのようにして死亡に至っているのか、発生状況を知ることが重要です。これまでの発生状況を見てみると、多くの事例で暑さ指数を把握せず、熱中症予防のための労働衛生教育を行っていませんでした。

また、「休ませて様子を見ていたところ容態が急変した」、「倒れているところを発見された」など、熱中症発症時・緊急時の措置が適切になされていませんでした。表-2に示すように、総数が30件ですので、それぞれかなりの割合といえます。ここでは、建設業における死亡災害の発生状況の概要を3例取り上げました(表-3)。症状が急速に悪化し死亡に至るケースが多く、予防対策とともに緊急時の対応が重要といえます。

なお、厚生労働省では、令和4年「職場における熱中症による死傷災害の発生状況」(確定値)を取りまとめて公表していますので、詳しくはそちらをご覧ください¹⁾。

3. 「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」による重点的呼びかけ

職場における熱中症による死傷災害について、令和4年の発生状況を中心に、その推移や特徴を見てきました。夏季を中心に職場においても熱中症が多数発生しており、重篤化して死亡に至る事例も後を絶たない状況にあります。このため、厚生労働省では、労働災害防止団体や関係省庁と連携し、5月から9月まで、「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」を実施しています。これにより、全ての職場において熱中症対策が講じられるよう広く呼びかけています。

こちらから確認→



本キャンペーンでは、次の3点について重点的に呼びかけています。

表-2 令和4年の職場における死亡災害の事例(30件)

暑さ指数(WBGT)の把握を確認できなかった	24件
熱中症予防のための労働衛生教育の実施を確認できなかった	25件
発症時・緊急時の措置の確認・周知していたことを確認できなかった	26件

表-3 建設業における発生事例

月	年代	気温, WBGT	事案の概要
6月	50歳代	気温 33.4℃ WBGT 31.2℃	被災者は8時頃から歩道脇に防草コンクリートブロックの設置作業を開始し、10時前に休憩した後、10時頃めまいの症状を訴え、事務所まで休んでいたところ、容態が悪化し、10時40分頃意識不明となり、緊急搬送されたが、搬送先の病院で死亡した。
7月	40歳代	気温 33.6℃ WBGT 不明	被災者は午前中に同僚と機械のメンテナンス作業後、13時頃から1人でRC造2階建家屋の新築工事現場において、IHヒーターの取付工事を行っていた。16時30分頃体調不良を感じ、屋外で休憩していたところ、すぐに意識を失い緊急搬送されたが、搬送先の病院で死亡した。
8月	30歳代	気温 33.0℃ WBGT 不明	被災者は9時から足場の組立作業のために足場資材の運搬作業を行っていた。15時頃気分が悪くなったため、車内で休ませていたところ、15時30分頃容態が悪化し、緊急搬送されたが、搬送先の病院で死亡した。

- ・暑さ指数(WBGT)の把握とその値に応じた熱中症予防対策を適切に実施すること
- ・作業を管理する者及び労働者に対してあらかじめ労働衛生教育を行うこと
- ・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、発症時・緊急時の措置を確認し、周知すること

職場における労働衛生対策は、作業環境管理、作業管理、健康管理の3管理が基本です。これに労働衛生管理体制と労働衛生教育を加えた5原則は、熱中症対策においても基本となる取組です。このため、まず、どのような作業環境なのかを知ることが必要です。

自分たちの作業現場は、熱中症の危険性がどの程度なのか、高まっているのかどうなのか、を客観的に確認するため、暑さ指数を把握します(写真-1)。暑さ指数は、熱中症を予防することを目的とした指標で、作業場所における暑さ指数が、基準値を超える恐れがある場合には、熱中症



写真-1 暑さ指数計で自分の職場を測定できる

になる可能性が高くなるので対策を講じます。例えば、酸欠のリスクのあるタンクに、酸素濃度を測らないで入ることはあり得ないのですが、熱中症対策では暑さ指数の把握が相当するため、対策を講じる上で極めて重要といえます。暑さ指数の把握は、暑さ指数計（JIS準拠のものをご使用ください）で自分の職場を測定することが基本です。できない場合は、熱中症予防情報サイトで確認します。

こちらから確認→



「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」では、まず、暑さ指数を把握し、それに応じて対策を講じることを求めています。暑さ指数を把握していない職場の方は、是非実施してください。なお、実測した暑さ指数は、作業ごとの身体作業強度や衣類、暑熱順化の状況によって評価する必要があります。

キャンペーンの取組については、厚生労働省ホームページ²⁾ をご覧いただきたいのですが、ポイントは図-7のとおりです。STEP1として暑さ指数の把握と評価を行い、STEP2として状況に応じた対策を徹底します。

また、環境省と気象庁が発表している「熱中症警戒アラート」も、職場における熱中症リスクの早期把握の観点から参考になります。さらに、令和5年5月に気候変動適応法が改正され、より深刻な健康被害が発生し得る場合に、一段上の「熱中症特別警戒情報」が発表される予定です。

STEP 1 暑さ指数の把握と評価	
<input type="checkbox"/> 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	
<input type="checkbox"/> 暑さ指数の低減	準備期間に検討した設備対策（簡易な屋根、通風または冷房設備、散水設備等）を実施
<input type="checkbox"/> 休憩場所の整備	準備期間に検討した休憩場所（冷房を備えた休憩場所や涼しい休憩場所等）を設置
<input type="checkbox"/> 服装	準備期間に検討した服装（透湿性と通気性の良い服装を準備、身体を冷却する機能を持つ服等）を着用
<input type="checkbox"/> 作業時間の短縮	作業計画（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策定）に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止
<input type="checkbox"/> 暑熱順化への対応	7日以上かけて熱へのばく露時間を次第に延長 ※新規入職者や休み明け労働者に注意
<input type="checkbox"/> 水分・塩分の摂取	水分と塩分を定期的に摂取
<input type="checkbox"/> ブレクーリング	作業開始前や休憩時間中に深部体温を低減
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 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、労働者お互いの健康状態を留意するよう指導
<input type="checkbox"/> 異常時の措置	少しでも本人や周りが異変を感じたら、必ず一旦作業を離れ、病院に搬送する（症状に応じて救急隊を要請）などを措置 ※全身を濡らして送風することなどにより体温を低減 ※一人きりにしない

図-7 キャンペーン取組（令和5年「STOP！熱中症クールワークキャンペーン」リーフレットを一部改変）

4. 働く人の今すぐ使える熱中症ガイド

厚生労働省では、熱中症ポータルサイト³⁾ を開設し、本キャンペーンの取組をはじめ、事業場での熱中症対策を支援するため、講習動画や企業の取組事例等を提供しています。5月には新たに、「今すぐ使える働く人の熱中症ガイド」⁴⁾ という教育ツールの提供を開始しました。本ガイドは誰にでも視覚で理解できるよう、文字を減らし、分かりやすい内容となるよう作成しています。また、必要な部分をダウンロードして使用できることも特徴の一つです。

本ガイドから、熱中症から命を守るためのものとして「命を救う行動」と「誤った行動」を、予防法の代表例として暑熱順化（暑さに慣れる）と休憩時間を、危ない状況と対策のうち建設現場（屋外）編を、それぞれご紹介します。

(1) 現場で作業員が倒れたときの「命を救う行動」と「あやまった行動」(図-8)

現場で作業員が倒れたら、すぐに救急隊を要請します。その間、作業着を脱がせ水を掛けるなど全身を急速冷却することが重要です。けっして一人きりにせず、誰かが様子を観察します。本人から大丈夫との申し出があったとしても、周囲の判断で対応することが重要です。

4. 「命を救う行動」 現場で作業員が倒れたときの **○** 対応

▶ 作業員の様子がおかしいと思ったら...

①  ⑥

②  ⑦

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 次頁参照

すぐに**119番**

③ 救急搬送
▼
生還

すぐに119番▶水をかけ、全身を『急速冷却』!


➡「水かけ」で急速冷却 (アスリートの世界では一般的)




© JSPO (公益財団法人日本スポーツ協会)
【スポーツ活動中の熱中症予防】ch.5 身体冷却法 -応急処置編-
「水道水散布法」2:46~参照
<https://www.youtube.com/watch?v=gZVArh488I=6s>

「あやまった行動」 現場で作業員が倒れたときの **×** 対応

▶ 作業員の様子がおかしいと思ったが...

①  ⑥

②  ⑦

意識状態が悪かったが
平熱だったので
大丈夫だと判断

クーラーをかけた車内で、ひとりで休ませた
しばらくして様子を見に行くと
意識がなく、高熱になっていた

③ 救急搬送
▼
心肺停止

大丈夫そうだったので「ひとり」で休ませた

図-8 「命を救う行動」と「あやまった行動」

(2) 予防法 (図-9)

暑熱順化の有無は、熱中症の発生リスクに大きく影響するので、十分な時間を掛けて徐々に身体を慣らします。また、把握した暑さ指数 (WBGT) をもとに、休憩時間をきちんと取ることが重要です。

2. 暑熱順化 (暑さに慣れる)

暑熱モード ON 暑さに慣れるまでは、十分に休憩をとる
2週間ほどかけて、徐々に身体を慣らす

- 熱中症は、気温が高くない時期でも発生
- 暑さに慣れると、早く汗が出るようになり、体温の上昇を食い止められる
- 暑くなる前に身体を熱中症対応モードにして、暑さに強い身体を作る

特に気をつける必要がある人

▲ 入職したての人

作業初日は
身体への負担が大き

▲ 長期休暇あけの人

数日間でも
暑い作業から離れると
慣れの効果はなくなる

➡暑熱順化トレーニング

日常生活の中で、無理のない範囲で汗をかくようにする
数日から2週間ほど続けて完了する

歩く・走る
(帰宅時に一駅分歩くのもOK)

歩く目安 30分
走る目安 15分
頻度目安 週5回

自転車

運動目安 30分
頻度目安 週3回

適度な運動
(筋トレやストレッチなど適度に汗をかくもの)

運動目安 30分
頻度目安 週5回~毎日

入浴・サウナ
(お風呂はシャワーだけでなく、湯船につかる)

頻度目安 2日に1回

3. 休憩時間について

● **こまめに休憩** (命が大事、臨機応変に対応)
● **休憩時間を有効利用** (水分補給、身体冷却など)
● **作業時間帯の見直し、シフト制導入など**

(参考) 休憩時間の目安: 特殊の熱中症予防対策を講じていない場合

WBGT基準値からの超過	休憩時間の目安 (1時間当たり)
1℃程度超過	15分 以上
2℃程度超過	30分 以上
3℃程度超過	45分 以上
それ以上超過	作業中止が望ましい

(出典) 米田産業衛生専門家会議 (ACGIH) の許容限界値を元に算出

**身体が暑さに慣れていない人は
これより長い休憩を推奨**

図-9 予防法

(3) 危ない状況と対策 (建設現場・屋外編, 図一
10)

熱中症ガイドでは、業種ごとの危ない状況と対策も紹介しています。



図一 10 危ない状況と対策

5. おわりに

具体的な取組内容については、令和5年「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」実施要綱を是非読んでいただきたいと思います。そ

の中でも言及していますが、個々の事業場、現場において、その実情に合った作業計画を作成し、取組を進めることを呼びかけています。熱中症は、「適切な予防法を知っていれば(ほとんどの場合)防ぐことができる」といわれます。

本号の特集テーマは「労働災害をゼロに」となっていますが、「自分たちの職場から熱中症による死傷者は出さない」という決意を持って臨んでほしいと思います。

本稿で紹介したデータや各種ツール等は厚生労働省ホームページで提供していますので、是非ご活用いただき、職場における熱中症対策に一層取り組んでいただければと思います。

【厚生労働省ホームページの熱中症関連サイト】

- 1) 令和4年「職場における熱中症による死傷災害の発生状況」(確定値)
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_33275.html
- 2) 「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>
- 3) 熱中症ポータルサイト
<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>
- 4) 「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」
<https://neccyusho.mhlw.go.jp/download/>

