

各 位

東京労働局長



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、令和5年の東京労働局管内の熱中症による休業4日以上之死傷者数は110人と、当局における平成10年の集計開始以降で過去最多であり、全国でも最も多い人数となりました。また、死亡者数は5人であり、令和4年と同数となりました。

これを踏まえ、当局では、熱中症対策緊急パトロールの実施など集中的な取組を行っているところです。

つきましては、令和6年「STOP！熱中症 クールワークキャンペーン」の実施要綱に基づき、より一層の熱中症予防対策の徹底を図るとともに、当キャンペーン期間中は、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 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。
- 2 少しでも本人や周りの人が異変を感じたら、病院に搬送する(症状に応じて救急隊を要請)などの措置をとるとともに、病院に搬送するまでの間又は救急隊が到着するまでの間には、水をかけて全身を急速冷却することなどにより、体温の低減に努めること。
- 3 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。
- 4 糖尿病、高血圧症など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に対して医師等の意見を踏まえた配慮を行うこと。

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毎年約20人が亡くなり、
約800人が4日以上仕事を休んでいます。



労働災害防止キャラクター

チューイ カン吉



キャンペーン
実施要項

準備

キャンペーン期間

4月

5月

6月

7月

8月

9月

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
☐	緊急時の対応の事前確認	緊急時の対応を確認し、労働者に周知
☐	教育研修の実施	管理者、労働者に対する教育を実施

【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

(R6.2)

キャンペーン期間（5月～9月）にすべきこと

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



環境省
熱中症予防情報
サイト

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
☐ 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調整することに注意
☐ 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）
☐ プレクーリング	作業開始前や休憩時間中に深部体温を低減
☐ 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

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**

緊急事態！

熱中症に 先手必勝！

～ STOP！熱中症 クールワークキャンペーン推進中 ～

東京労働局では、令和5年の熱中症災害（*）が、集計開始以降で過去最多（休業4日以上110人、うち死亡者数5人）となったことを受け、熱中症対策緊急パトロールや関係団体・事業者への協力要請など、より一層取組を徹底しています。（*休業4日以上死傷者数）

期間中、各労働基準監督署では、熱中症予防対策について周知指導を集中的に実施しています。



ロゴマークを保護帽に貼り付ける等の方法でご活用ください。

（保護帽への貼付け例）



のどが渇く前に飲む！
こまめな水分補給を忘れずに！
熱中症予防の意識を高めましょう

ロゴマークは東京労働局 ホームページからダウンロードしていただけます。

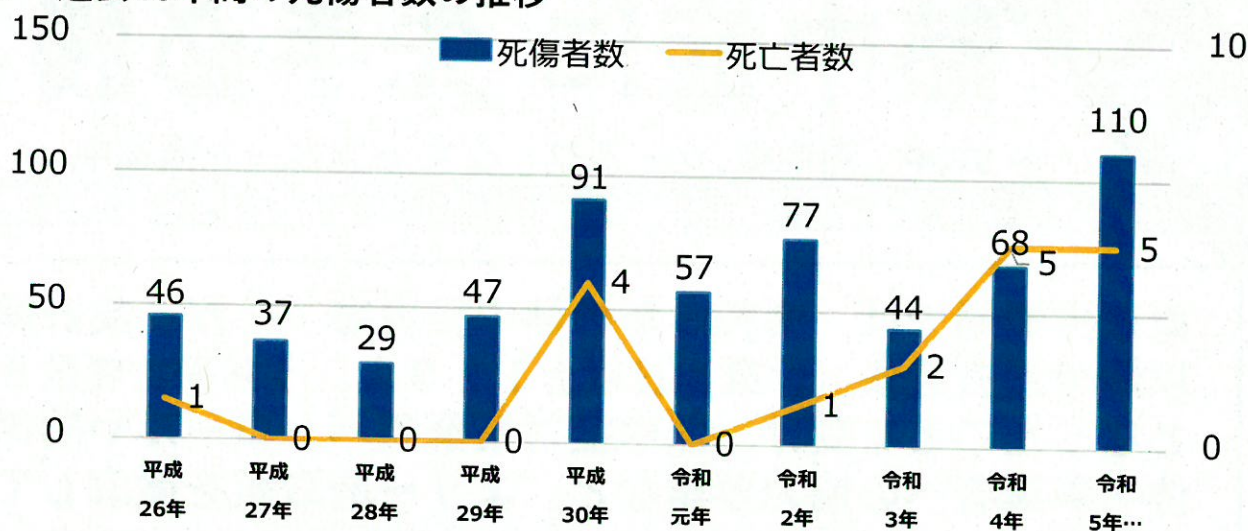


<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/home.html>

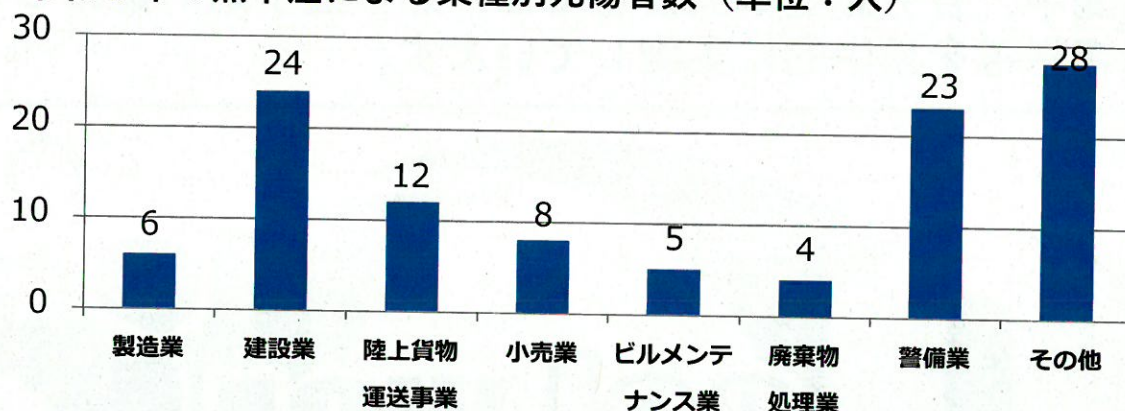
東京労働局・労働基準監督署

東京労働局管内の職場における熱中症による死傷者数の推移（単位：人）

1 過去10年間の死傷者数の推移



2 令和5年の熱中症による業種別死傷者数（単位：人）



いつもと違うと思ったら、熱中症かもしれません



前日のチェック	仕事前のチェック
☒ 仕事前日の飲酒は控えめに	☒ よく眠れたか
☒ ぐっすり眠る	☒ 食事をしたか
☒ 熱中症警戒アラート確認	☒ 体調は良いか
	☒ 二日酔いしていないか
	☒ 熱中症警戒アラート確認
仕事中のチェック	
	☒ 単独作業を避け、声をかけ合う
詳しくはコチラ	☒ 監督者は現場パトロール
	☒ 水分・塩分の補給
	☒ こまめに休憩

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

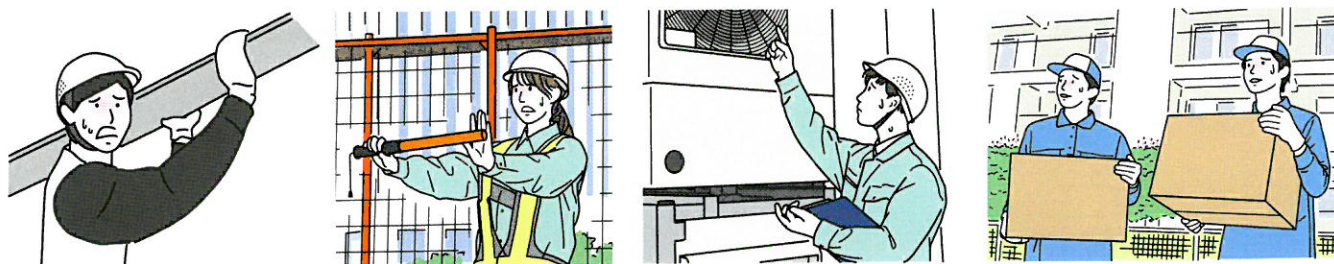
職場の「熱中症」を防ごう！

～夏を迎える前から、計画的に熱中症の予防対策に取り組みましょう～

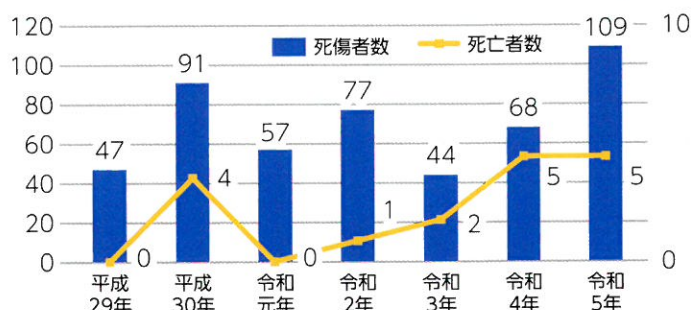
令和5年の東京労働局管内の熱中症による休業4日以上労働災害は109件発生し、うち5件が死亡災害となっています（数値は令和6年1月末日現在）。業種別では、建設業、警備業がそれぞれ2割強を占め、陸上貨物運送事業、ビルメンテナンス業など幅広い業種で発生しています。また、屋外作業に限らず、屋内作業においても発生しています。

月別の熱中症による死傷者数をみると、全体の約8割が7月から8月にかけて発生しており、特に梅雨明け直後と夏休み明け時期に多く発生しています。令和4年は記録的な高温となった6月に23件（34%）が発生し、令和5年もほぼ半数の49件が7月に発生するなど、近年は月別の平均最高気温が高い8月以前に熱中症発生のピークがきています。

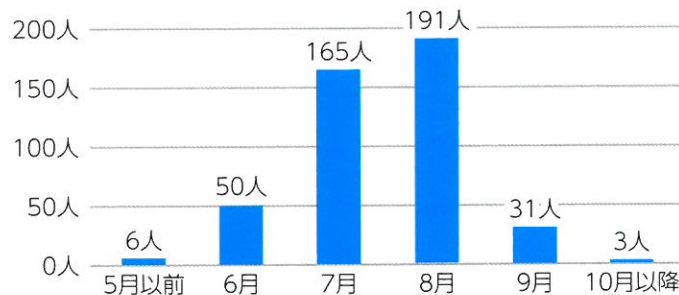
熱中症に対しては、正しい知識と適切な予防対策や応急処置が必要です。夏を迎える前から、計画的に熱中症の予防対策に取り組みましょう。



熱中症による死傷者数の推移（平成29年～令和5年）



月別の熱中症発生状況（平成30年～令和5年）



令和5年に発生した熱中症の発生事例【東京】（参考）気温は、東京管区気象台（千代田区北の丸公園）の値です。

発生月時間	業種	発生状況	発生時気温 (発生日最高気温)	休業見込 日数等
6月 10時	警備業	屋外の工事現場において、ふらついて倒れたもの。日陰で一時間休憩したが、回復しないため救急車を呼び搬送された。3日後死亡。	28.5℃ (30.1℃)	死亡
7月 10時	ビルメンテナ ンス業	マンション清掃業務中に気分が悪くなり、休憩後、帰宅途中に救急搬送された。	31.4℃ (33.8℃)	約30日
8月 17時	建設業	建設現場において養生、養生撤去、清掃等の業務に従事し、ごみを建物から屋外に運んでいた際に倒れ、病院に搬送されたが、死亡したもの。	31.2℃ (34.5℃)	死亡
9月 11時	飲食店	店舗厨房のエアコンが故障している中、調理を行っていたところ失神したうえに、転倒したため負傷したもの。	32.5℃ (36.1℃)	約30日

熱中症とは

高温、多湿の環境下で体内の水分と塩分のバランスが崩れ、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害で、症状により次のように分類されます。これらの症状が現れた場合は、熱中症が疑われます。

Ⅰ度	めまい・立ちくらみ、大量の発汗、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）	重症度 小 ▼ 大
Ⅱ度	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下	
Ⅲ度	意識障害、ふらつき、けいれん発作（ひきつけ）、高体温	



暑さ指数(WBGT 値)を活用しましょう!

暑さ指数を計測し、作業内容や装備と比較し、熱中症リスクを確認しましょう。

1 暑さ指数の計測

実測できない場合は「その地域を代表する一般的な暑さ指数」(予報サイトなど)+補正手段により、参考値を算出してください

2 衣類の補正值と作業内容で熱中症リスクを確認

3 リスクに応じた対策を検討、実行



暑さ指数の実況と予測
(環境省熱中症予防情報サイト)



暑さ指数の計算方法はこちら

おもな熱中症対策

1 作業環境管理

- ・作業場所の近く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。
- ・水分や塩分を補給するための飲料水等、身体を適度に冷やすための氷等を備え付ける。

2 作業管理

- ・作業休止時間や休憩時間を確保し、高温多湿作業場所での連続作業時間を短縮する。
- ・計画的に熱への順化期間を設ける。(梅雨明け直後、夏休み時期明け、新規配属者に特に注意)
- ・喉が渇くといった自覚症状がなくても、作業前、作業中、作業後に定期的に水分や塩分を摂取する。
- ・服装は透湿性と通気性のよいもの、帽子は通気性のよいものを着用する。(身体を冷却する機能をもつ服の着用も検討)

3 健康管理

- ・熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全、精神・神経関係疾患、広範囲の皮膚疾患、感冒、下痢等の疾病を有する者に対しては、医師等の意見を踏まえ配慮を行う。
- ・作業開始前に、朝食未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒、体調不良等の健康状態を確認し、必要に応じ、作業の配置換え等を行う。
- ・作業中は巡視を頻繁に行い、声をかけるなどして健康状態を確認する。(労働者からの申出も促す)

4 労働衛生教育

- ・労働者を高温多湿場所で作業させる場合、作業の管理者と労働者に対してあらかじめ、
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熱中症の事例について、労働衛生教育を行う。

熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



水をかけ 全身を急速冷却

前日のチェック

- ☒ 仕事前日の飲酒は控えめに
- ☒ ぐっすり眠る
- ☒ 熱中症警戒アラート確認

仕事前のチェック

- ☒ よく眠れたか
- ☒ 食事をしたか
- ☒ 体調は良いか
- ☒ 二日酔いしてないか
- ☒ 熱中症警戒アラート確認

仕事中のチェック



詳しくはコチラ

- ☒ 単独作業を避け、声をかけ合う
- ☒ 監督者は現場パトロール
- ☒ 水分・塩分の補給
- ☒ こまめに休憩



以上のことで不明なことがありましたら、東京労働局労働基準部健康課・各労働基準監督署までお問合せください。

熱中症を防ごう！

暑さに慣れる ▶ 早く汗が出る ▶ 体温上昇STOP

予防には『暑熱順化』スイッチ ON

Q 身体が暑さに慣れていないと
気温が高くない時期でも熱中症になるってホント？

知りたい方は、下記ガイド p42 参照

中小企業の事業主、安全・衛生管理担当者、現場作業員向け
働く人の今すぐ使える **熱中症ガイド**



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

職場における熱中症予防



働く人の
今すぐ使える
熱中症ガイド



厚生労働省

目次

01 熱中症から命を守る	P4	05 熱中症の基礎知識	P56
1. 職場で熱中症になった人		1. 熱中症の原因と発生しやすい職場の条件	
2. いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え		2. 暑さ指数 (WBGT)	
3. 熱中症の症状と重症度分類		3. 高齢者や持病がある作業員への配慮	
4. 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」		4. STOP！熱中症クールワークキャンペーン	
5. 熱中症「応急手当」カード (携帯用)		5. 多言語リーフレット	
		6. もっと詳しく知りたい方へ	
02 危ない状況と対策	P12	06 事業主、安全・衛生管理担当者の方へ	P63
1. 建設現場 (屋外) 編		1. 関係法令・関係指針・要綱	
2. 製造現場 (屋内) 編		2. 補助金・助成金	
3. その他現場 編		3. 講習用スライド/スライドショー動画	
03 予防法	P30	07 まとめ	P87
1. 3つの注意点 (前日/仕事前/仕事中)		1. 熱中症の見分け方と応急手当	
2. 暑熱順化 (暑さに慣れる)		2. 予防には『暑熱順化』	
3. 休憩時間について		3. 水分補給と休憩	
4. 予防対策グッズの使用		4. 注意点	
04 取組例	P47		

熱中症を防ぐ3つの注意点

①前日のチェック

- ☑ 仕事前日の飲酒は控えめに
- ☑ ぐっすり眠る
- ☑ 熱中症警戒アラートの確認

②仕事前のチェック

- ☑ よく眠れたか
- ☑ 食事をしたか
- ☑ 体調は良いか
- ☑ 二日酔いしていないか
- ☑ 熱中症警戒アラートの確認

③仕事中のチェック

- ☑ 単独作業を避け、声をかけ合う
- ☑ 監督者は現場パトロール
- ☑ 水分・塩分の補給
- ☑ こまめに休憩



熱中症の見分け方と『命を救う』応急手当

いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え

すぐに**119**番



作業着を脱がせ
水をかけ全身を

急速冷却





熱中症 予防スイッチ・オン

その行動、その習慣が、いのちを守る



自分で
できる



7



つのこと

1

熱中症を正しく知ろう

1-1

(管理者編)



動画はQRから

1-2

(作業者編)



動画はQRから

2

応急手当と
水道水散布法



動画はQRから

3

暑さ指数の活用

3-1

測定
(管理者編)



動画はQRから

3-2

確認
(作業者編)



動画はQRから

4

暑熱順化



動画はQRから

5

水分塩分
同時補給



動画はQRから

6

プレクーリング



動画はQRから

7

健康管理



動画はQRから



ひと、くらし、みらいのために

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

Ministry of Health, Labour and Welfare

1

熱中症を 正しく知ろう

- 体内に身体に熱がこもって、体温が上がって、熱中症になる
熱中症になる要因は、
 - 「蒸し暑さ」
 - 「暑さに慣れていない」
 - 「水分・塩分の不足」
 - 「長時間連続作業」
- 対策として、
以下の②～⑦を適切に講じてください



2

応急手当と 水道水散布法

- I度(軽度) 意識ははっきりしているが、めまい・立ちくらみ等の症状
→冷所に移動して安静にし、身体を冷やし、水分と塩分を補給(1人にしない)
- II度(中等度) 頭痛や吐き気、だるい等の症状
→医療機関を受診(状況のよくわかる人が医療機関に同行)
- III度(重症) 意識障害、けいれん発作、高体温等の症状
→救急車を要請
救急車が到着するまで、作業着を脱がせ、水をかけて身体を冷却



3

暑さ指数の 活用

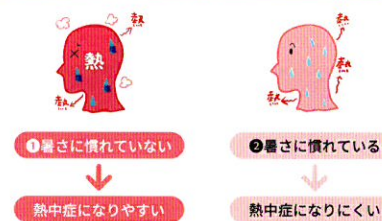
- 暑さ指数:総合的に蒸し暑さを表すもの
暑さ指数を活用するための4つのステップ
 - 暑さ指数の測定
 - 着用している作業着などを考慮して測定値を補正
 - 危険度を確認して対策
 - 作業着への周知

31~33	危険
28~31	厳重警戒
25~28	警戒
21~25	注意

4

暑熱順化

- 暑熱順化:夏の暑さに身体を慣らすこと
入職したての人、長期休暇あけの人は、要注意
 - 暑さに体が慣れても数日間職場を離れると効果は消滅
 - 運動や入浴などで汗をかいて暑熱順化することもできる



5

水分塩分 同時補給

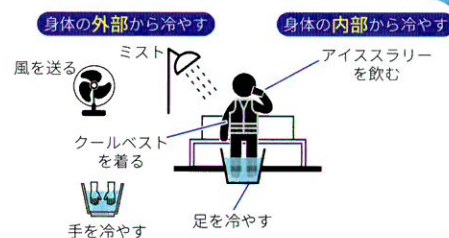
- 水分と塩分は同時に補給
のどが渴いたと思ったときには、すでに脱水状態が始まっていることがある
のどが渴く前に、仕事の合間に、こまめに水分を補給することが大切



6

プレクーリング

- あらかじめ体温を下げておき、作業中に体温が上がるのを緩やかにする
プレクーリングの方法は以下の2つ
 - 身体の外から冷やす方法
 - 内部から冷やす方法



7

健康管理

- 管理者: 現場パトロールを行い、作業員に声をかけ、健康状態を確認
- 作業着: 単独作業を避け、声をかけ合う
こまめに水分・塩分を補給



参考リンク先

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/>



(R6.4)

事 務 連 絡
令和 6 年 6 月 4 日

各 位

東京労働局労働基準部健康課長
(契 印 省 略)

令和 6 年度「団体経由産業保健活動推進助成金」の活用について

時下、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素より、労働基準行政の推進につきまして格段のご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、東京労働局におきましては、「第 1 4 次東京労働局労働災害防止計画」（計画期間：2023 年度～2027 年度）（以下、「1 4 次防」という。）を策定し、労働災害を防止するために官民一体となった取組を進めております。

1 4 次防の目標の中に、労働者の健康確保対策の推進として「メンタルヘルス対策に取り組む事業場の割合を 2027 年までに 80%以上とする」、「必要な産業保健サービスを提供している事業場の割合を 2027 年までに 80%以上とする」というアウトプット指標を掲げています。

団体経由産業保健活動推進助成金は、中小企業や労働保険の特別加入者を支援する団体等が、傘下の中小企業等に対し、産業医や保健師等の専門職の他、産業保健サービスを提供する事業者と契約し、産業保健サービスを提供した際、その費用の一部を助成するものです。

貴団体におかれましても、加入者等の健康管理のため、団体経由産業保健活動推進助成金をご活用いただくようお願い申し上げます。

詳細は、別添のリーフレットのほか、必要に応じて、独立行政法人労働者健康安全機構のHPの本助成金の支給要領、手引き等をご参照ください。

団体経由産業保健活動推進助成金のご案内

傘下の中小企業等に産業保健サービスを提供しませんか？

団体経由産業保健活動推進助成金は、事業主団体等を通じて、中小企業等の産業保健活動の支援を行う助成金です。

事業主団体等が傘下の中小企業等に対して、医師等による健康診断結果の意見聴取やストレスチェック後の職場環境改善支援等の産業保健サービスを提供する費用・事務の一部を委託する費用の総額の**90%**（**上限500万円**（一定の要件を満たした団体※は**1,000万円**）を助成します。 ※構成事業主が50以上であること等

※1団体につき年度ごとに1回限りです。

対象となる団体等

次のうちいずれかであること

事業主団体等

事業主団体又は共同事業主であって、中小企業事業主の占める割合が構成事業主等全体の2分の1を超えていること等、一定の要件を満たす団体等

労災保険の特別加入団体

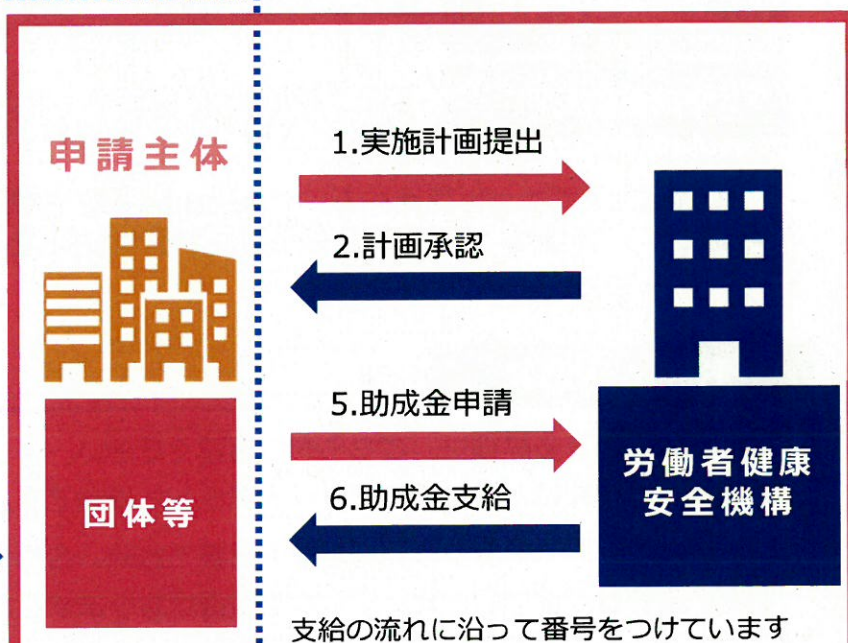
労働者災害補償保険法（昭和22年法律第50号）第33条第3号に掲げる者の団体または同条第5号に掲げる者の団体であって、一定の要件を満たす団体

助成の仕組み

サービスの流れ



助成金の流れ



対象となる産業保健サービス等

産業保健サービスで助成対象となるのは以下の①～⑦のとおりです。

- ① 医師、歯科医師による**健康診断結果の意見聴取**
- ② 医師、保健師による**保健指導**
- ③ 医師による**面接指導・意見聴取**
- ④ 医師、保健師、看護師等による**健康相談対応**※
- ⑤ 医師、保健師、看護師、社会保険労務士、両立支援コーディネーター等による**治療と仕事の両立支援**
- ⑥ 医師、保健師、看護師等による**職場環境改善支援**※
- ⑦ 医師、保健師、看護師等による**健康教育研修、事業者と管理者向けの産業保健に関する周知啓発**※

※化学物質取扱に係る健康相談、改善指導、研修等も対象になります。

この他、事務の一部を委託する費用も対象となります。

助成金支給の流れ

- ▶ 原則、先着順で受付します。
- ▶ 実施計画提出の期日前であっても、予算の上限に達する等の場合は、受付を停止します。

1. 実施計画提出 (交付申請)	〆切：令和6年12月27日(金) 必着
2. 計画承認	1の受付後、原則30日以内
3. 助成対象	計画を承認された期間（最長で令和7年2月21日まで）において、提供されたサービスの費用＋事務費の総額の90%（上限あり）
4. 助成金支給申請	計画を承認された期間の最終日から起算し、30日後の日又は令和7年2月28日のうち、いずれか早い日まで 必着
5. 助成金の支給	令和7年3月31日まで

①郵送 ②Googleフォーム ③jGrants（電子申請システム）のいずれかにより、申請が可能です。詳細は、右下の二次元コード又はURLをご確認ください。

お問い合わせ

本助成金に関する詳細は、こちらをご確認ください。

ご相談、ご質問は、こちらのチャットボットが便利です。

チャットボットで解決しない場合は下記までお問い合わせください。

お問い合わせが重なりと繋がりにくい場合があります。あらかじめご了承ください。

労働者健康安全機構勤労者医療・産業保健部産業保健業務指導課

電話番号：0570-783046



<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/default.aspx>