



## 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全国で約20人が亡くなり、  
約800人が4日以上仕事を休んでいます。

令和6年5月～9月

### 重点取組期間(7月1日～7月31日)にすべきこと

- 実施した対策における暑さ指数の低減効果を再確認し、必要に応じ対策を追加する。
- 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底する。
- 水分、塩分を積極的に取らせ、その確認を徹底する。
- 作業開始前の健康状態の確認を徹底するとともに、巡視頻度を増加する。
- 期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を実施する。
- 体調不良の者に少しでも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。**

### キャンペーン期間(5月1日～9月30日)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する。  
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する。

- 暑さ指数の低減：簡易な屋根、通風又は冷房設備、散水設備等の設置
- 休憩場所の整備：冷房を備えた休憩場所や涼しい休憩場所等の設置
- 服装：透湿性と通気性の良い服装、送風や送水により身体を冷却する機能をもつ服等の着用
- 作業時間の短縮：暑さ指数に応じた休憩、作業の中止
- 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、「パディ」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

### メルマガ会員募集中！！

毎月1回程度、研修会等の開催予定情報や産業保健に関する法改正等の情報を無料でメール  
配信しております。

北海道産業保健総合支援センターのホームページから申し込むことができます。

<http://www.hokkaidos.johas.go.jp>

# 研 修 会 の ご 案 内 ( 7 ~ 8 月 )

| 番号         | 日 時                     | 研 修 テ ー マ  | 講 師                                     | 研 修 開 催 地 |
|------------|-------------------------|--|---|-----------|
| 看16<br>衛16 | 7月24日(水)<br>14:00~15:30 | 動機づけ面接のエッセンスを<br>活用した部下との関わり<br>~「つい、うっかり」を<br>減らすために~ | 日本医療大学<br>保健医療学部 看護学科<br>講師 小宅 千恵子      | 札幌市       |
| 看15<br>衛15 | 7月24日(水)<br>18:30~20:30 | 産業医の知っておくべき<br>心理療法<br>—基本3技法の概説—                      | 札幌心身医療研究所<br>所長 久村 正也                   | 札幌市       |
| 看17<br>衛17 | 8月6日(火)<br>14:00~16:30  | 職域の化学物質管理と法  | 近畿大学 法学部<br>教授 三柴 文典                    | 札幌市       |
| 看18<br>衛18 | 8月8日(木)<br>18:30~20:30  | 産業医の知っておくべき<br>心理療法<br>—基本3技法の概説—                      | 札幌心身医療研究所<br>所長 久村 正也                   | 釧路市       |
| 看19<br>衛19 | 8月23日(金)<br>18:30~20:30 | 産業医活動の実際<br>~職場巡視について                                  | JR札幌病院 保健管理部<br>部長 佐藤 広和                | 稚内市       |
| 看20<br>衛20 | 8月26日(月)<br>18:30~20:30 | 脳・心臓疾患を<br>予防するための産業医活動                                | 北海道情報大学<br>医療情報学部教授<br>保健センター長<br>佐藤 浩樹 | 札幌市       |

☆ 研修会のお申し込みは、北海道産業保健総合支援センターホームページからお願いします。

<https://www.hokkaidos.johas.go.jp/sys/event/>

☆ その他、研修申込方法、研修会場など詳しいことは北海道産業保健総合支援センターまでお問い合わせください。(011-242-7701) 研修料は無料です。

## 《両立支援コーディネーター基礎研修のお知らせ》

**両立支援コーディネーター**は、労働者・職場・医療機関を、労働者が治療を受けながらも仕事を継続できるようサポートする人材として活躍しています。

事業場の総務・人事労務、保健師、社労士などがこの研修を受講しています。

### ◎ 令和6年度 基礎研修上期 日程

#### ■第2回・3回の募集期間

令和6年7月8日 13:00 ~ 令和6年7月17日 17:00 まで

オンライン形式で研修を開催します。

#### 【詳細】

独立行政法人 労働者健康安全機構 ホームページ 治療就労両立支援事業

両立支援コーディネーター基礎研修のページより詳細を確認いただけます。



<https://www.johas.go.jp>