



行政の焦点

梅雨明けの時期から日差しが強くなり、急激な環境温度の変化に身体が対応しきれずに熱中症を発症するリスクが高くなります。

愛知県内では、就業中の熱中症により、過去10年間で391人、令和元年には2人が死亡しています。

熱中症とは、暑熱環境に身体が対応できずに起こる様々な状態の総称です。

- 熱中症を発症すると、
- 大量の発汗、めまい・立ちくらみ、筋肉のこむら返り（I度）
- 頭痛・吐き気（吐く）・倦怠感・虚脱感

- （II度）
- 意識がない・痙攣・歩

熱中症予防と新型コロナウイルス感染症対策について

- けない（走れない）、高熱（III度）
- （I度）から（III度）
- というの、重症度を表します
- といった症状が出ます。

- 熱中症を発症した場合は、
- I度Ⅱ冷所に移す、安静にして体を冷やす、水分・塩分の補給
- II度ⅡI度の対応に加

- 療機関で診察
- III度ⅡI度、II度の対応をしながら、すぐに救急車で病院に搬送する
- という対応が必要となつてきます。

- 熱中症予防の対策としては、暑さ指数（WBGT値）※湿球黒球温度・熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標。

え、必ず誰かが付き添う、症状が改善しなければ医療単位は気温と同じ摂氏度（℃）の把握と評価に

熱中症を防ごう！ 愛知労働局

STOP！熱中症 クールワークキャンペーン

毎年、梅雨明けの時期になると日差しが強くなり、急激な環境温度の変化に身体が対応しきれずに、全国的に熱中症が発生しています。愛知県内では過去10年間で391人、過去10年間で391人、令和元年には2人が死亡しています。熱中症を防ぐためには、関係者が熱中症に対する十分な認識を持つことが重要です。

■ 愛知県内における熱中症発生状況【休業4日以上労働災害】

年別・熱中症発生件数	発生数	死亡
令和元年	42	1
令和2年	32	1
令和3年	33	1
令和4年	33	1
令和5年	42	3
令和6年	36	0
令和7年	20	4
令和8年	36	1
令和9年	35	3
令和10年	74	7
令和11年	49	2
令和12年	52	0

■ 熱中症の発生時期は、気温が最も上昇する午後2時頃を過ぎた後、午後3時から4時の間で最も多くなっています。山の上などの高層階で作業しており、発生場所も場所に関らず、屋内の割合も7分程度になっています。

■ 気温と熱中症発生状況の傾向

■ 熱中症発生状況（過去10年分）

■ 発生場所別・熱中症発生状況（過去10年分）

愛知労働局発行
「熱中症を防ごう！」
パンフレット

基づく暑さ指数（WBGT値）の低減・作業時間の短縮（場合によっては作業中止・中断）や作業場の管理（暑さ指数（WBGT値）低減対策の実施状況の確認・労働者の体調確認・職場巡視による水分等摂取状況・健康状態の確認など）や水分及び塩分摂取のための設備の整備などがあります（詳細は、愛知労働局

「新しい生活様式」のマスクの着用は、飛沫の拡散予防に有効で、基本的な感染対策として着用

- 一方、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐために「新しい生活様式」として、一人ひとりが感染防止の3つの基本である
- (1) 身体的距離の確保
- (2) マスクの着用
- (3) 手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける

ホームページに掲載されている「熱中症を防ごう」
<https://site.mhlw.go.jp/aichi-roundoukyoku/content/contents/000633386.pdf>
をご覧ください

をお願いしているものです。

ただし、マスクを着用していない場合と比べると、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。

したがって、高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずさせるようにするといった対策が必要になってくると考えられます。

マスクを着用する場合は、強い負荷の作業は避け、のどが渇いていなくてもこまめな水分補給をさせるようにするといった対策も必要になってくると思います。

また、熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。

ただし、一般的なエアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていません。

新型コロナウイルス感染症対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要がありますので、エアコンの温度設定を下げるな

令和2年度の熱中症予防行動ポインツ

環境省 厚生労働省 令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

- 1 暑さを避けましょう
 - ・エアコンを利用する際、部屋の温度を調整
 - ・感染症予防のため、換気扇や窓を開くことによって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
 - ・暑い日や時間帯は無理をしない
 - ・新しい服装にする
 - ・急に暑くなった日時は特に注意する
- 2 適宜マスクをはずしましょう
 - ・気温・湿度の高い中でマスク着用は要注意
 - ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合は、マスクをはずす
 - ・マスクを着用している時は、換気扇が回る速度や運動量を選び、周囲の人の距離を十分にこらえて、適宜マスクをはずして休憩
- 3 こまめに水分補給しましょう
 - ・のどが渇く前に水分補給
 - ・1日あたり1.2リットルを目安に
 - ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに
- 4 日頃から健康管理をしましょう
 - ・日頃から体調管理、疲労チェック
 - ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養
- 5 暑さに備えた体作りをしましょう
 - ・暑くなり始める時期から適度に運動を
 - ・水分補給を忘れずに、熱射病や脱水症を予防
 - ・「やや暑い環境」で1時間つらいと感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

新型コロナウイルス感染症に関する情報：
https://www.mhlw.go.jp/stf/shokuninshuho/kyoroku/0000164708_00001.html
 熱中症に関する詳しい情報：<https://www.mhlw.go.jp>

環境省 厚生労働省 発行
「令和2年度の熱中症予防行動」

労働〇×クイズ 68

問 事業者は、安全委員会を開催したときは、遅滞なく議事の概要を所定の方法によって労働者に周知させなければならない。



答えと解説は15ページをご覧ください。

暑中お見舞い

申し上げます

名古屋北労働基準監督署

署長 柳澤 隆文
 副署長 伊達 清隆
 副署長 細川 満
 署員 一同

会員の皆さま

暑中お見舞い申し上げます

一般社団法人名古屋北労働基準協会

会長 西村 義明
 副会長 盛田 淳夫
 副会長 石田 幹夫
 専務理事 市之瀬 高司
 事務局職員 一同