

千労基発 0716 第 2 号
令和 7 年 7 月 16 日

一般社団法人千葉県トラック協会
会長 殿

千葉労働局労働基準部長



熱中症予防の普及啓発・注意喚起について（再周知依頼）

熱中症対策の推進については、日頃より御協力いただき、厚く御礼申し上げます。

気温の高い日が続く今夏において、国民一人ひとりに対して熱中症予防の普及啓発・注意喚起を行う等、対策に万全を期することが重要です。

政府では、熱中症対策実行計画が取りまとめられ、効果的な普及啓発の実施として、関係府省庁の連携強化の下「熱中症予防強化キャンペーン」を4月～9月の期間で実施しているところです。

夏季の気温や湿度が高い日には、特に熱中症の危険性が高まることから、引き続き、職場における熱中症予防の重要性を御理解の上、会員事業場等に対するポータルサイト及びリーフレット等の周知に特段の御配慮を賜りますようお願いいたします。

➤ 職場における熱中症予防ポータルサイト

「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/>

➤ 千葉労働局ホームページ

「STOP！熱中症クールワークキャンペーン～Cool work CHIBA で熱中症予防推進中～」

https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/anzen_eisei/cool_work_campaign_chiba_.html

また、近年、豪雨や地震等の災害が多発していることから、災害時の熱中症予防については、以下のリーフレット等を御活用いただき、御対応いただきますようお願いいたします。

➤ 災害時の熱中症予防リーフレット

https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/pr/20230530_leaflet_in_disasters.pdf



災害時の熱中症予防

～避難生活・片付け作業時の注意点～

内閣府
消防庁
厚生労働省
環境省

熱中症は、死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適切な予防・対処を行えば、防ぐことができます。災害時には、慣れない環境や作業で熱中症のリスクは高くなりますので、お互いに声をかけながら、十分に注意しましょう。

1. 熱中症を予防するためには…

① 暑さを避けましょう

涼しい服装、日傘や帽子、また、在宅避難等の場合はクーラーの積極的な活用を。
停電が長引く可能性がある場合、特に高齢者、こども、障害者の方々は、
冷房設備が稼働している避難所への避難も検討しましょう。



② のどが渴いていなくても **こまめに水分・塩分をとりましょう**

③ 暑さに関する情報を確認しましょう

身の回りの気温・湿度・暑さ指数 (WBGT) (※) の確認を。
「熱中症警戒アラート」(令和3年度から全国展開) も活用を。



避難生活における注意点

- ◆被災や避難生活に伴う疲労・体調不良・栄養不足等により**熱中症のリスクが高くなる**可能性があります。避難生活では**普段以上に体調管理**を心掛けましょう。
- ◆**高齢者、こども、障害者**の方々は特に注意しましょう。

※やむを得ず**車中泊**をする場合、車両は**日陰や風通しの良い場所**に駐車しましょう。車用の**断熱シート**等も活用しましょう。また、**乳幼児等を車の中で一人にさせない**ようにしましょう。夜間等寝るときはエンジン等をつけたままにすることは避けましょう。

片付け等の作業時の注意点

- ◆作業開始前には**必ず体調を確認**し、体調が悪い場合は作業を行わないようにしましょう。
- ◆できるだけ**2人以上で作業**を行い、作業中は**お互いの体調を確認**するようにしましょう。
- ◆休憩・水分・塩分の補給は、**一定時間毎**にとるようにしましょう。また、休憩時には、日陰等の**涼しい場所**を確保しましょう。
- ◆**暑い時間帯**の作業は避けましょう。
- ◆**汗をかいた時は水分・塩分の補給**も。

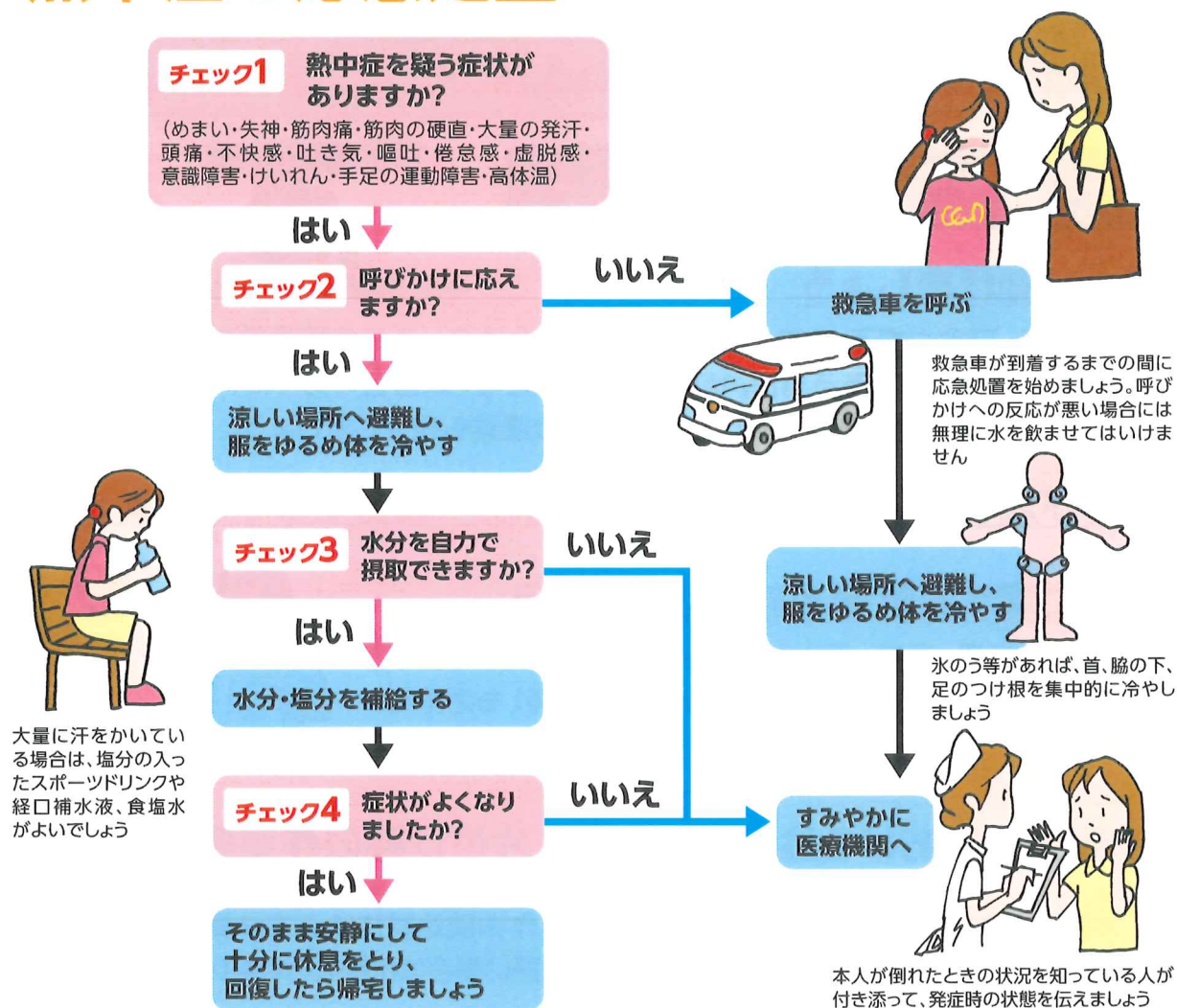
※「暑さ指数 (WBGT)」気温・湿度・輻射 (ふくしゃ) 熱からなる熱中症の危険性を示す指標。



2. 熱中症が疑われるときには…

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。



体温を効果的に下げるための方法の例

- ・上着を脱がせ、服をゆるめて風通しを良くする。
- ・皮膚に濡らしたタオルやハンカチをあて、うちわや扇風機であおぐ。
- ・服の上から少しずつ冷やした水をかける。
- ・氷のうや冷えたペットボトルなどを、首、脇の下、足のつけ根にあてて冷やす。

「熱中症警戒アラート^(※)」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。

※熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される日に発表する情報。令和3年度から全国展開。

QRコード →

