

山口労基発 0813 第1号  
令和6年8月13日

関係団体 各位

山口労働局労働基準部長



### 残暑による熱中症の予防対策について

日頃より、労働行政の推進に対し、御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

山口労働局では、熱中症予防のため、5月から「STOP！熱中症！！クールワークキャンペーン」を展開しているところです。

熱中症は、屋外・屋内を問わず発生しており、屋外のみならず、直射日光を浴びない屋内でも、熱中症予防対策が必要です。梅雨も明け、気象庁の3か月予報（7月23日発表）によると、九州北部地域（山口県を含む）の8月から10月の平均気温は平年より「高い」とされています。

お盆も過ぎ、残暑の時期を迎えますが、気温や労働者の健康状況などを把握し、暑さ指数（WBGT）に応じた対策をとり熱中症発生の予防をお願いいたします。

また、山口労働局は、令和6年7月29日、大塚製薬株式会社と「働く世代の健康づくり推進に向けた包括連携に関する協定書」の締結を行い、以降、同社と連携し、健康経営の普及・促進や熱中症対策等の5つの項目に、連携・協力し、働く世代の健康づくりを推進することとしています。

今般、大塚製薬株式会社が開催する「熱中症対策アンバサダー講座（オンデマンド形式）」の周知に協力することになりました。

つきましては、貴団体の会員事業場等の皆様に本講座の受講をお願いしたく、別添リーフレット等について、会員事業場等への周知をお願いいたします。

どうぞよろしくをお願いいたします。

【大塚製薬 熱中症対策アンバサダー講座 申込先URL】

<https://nccx.otsuka/sem/sam000986>



※熱中症対策アンバサダー講座とは

大塚製薬株式会社が主催するオンデマンド方式の講座です。当講座では、熱中症対策の啓発・普及活動を行うために必要な専門的な知識を学ぶことができ、修了後、確認テストに合格すると「熱中症対策アンバサダー®」として認定されます。





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)

1-2  
(作業者編)



動画はQRから

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)

3-2 確認  
(作業者編)



動画はQRから

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



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(状況のよくな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
  - 作業者への周知

31-33	危険
28-31	嚴重警戒
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

#### 脱水症セルフチェック



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
  - 身体の外側から冷やす方法
  - 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
- 作業者:** 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)

# 熱中症対策アンバサダー®講座

熱中症の発生を防ぐためには、個々で気を付けていくことはもちろんですが、正しい知識をもって熱中症対策をおこなうことができるよう、多くの方々に呼びかけていくことも必要です。当講座では、熱中症対策の啓発・普及活動をおこなう際に必要な専門的な知識を学んでいただくことができます。当講座を受講し、確認テストに合格され、アンバサダー会員として「登録」された方には、「熱中症対策アンバサダー」として当社が証明する「修了証」を交付します。

## 熱中症対策アンバサダーの活動イメージ



## アンバサダーの活躍フィールドの一例

健康セミナー・地域イベントなど



運動会・スポーツ競技会など



子どもや高齢者への声かけなど



## 「熱中症対策アンバサダー講座」実施概要

### ■ 受講資格

どなたでも受講いただけます。

### ■ 受講料

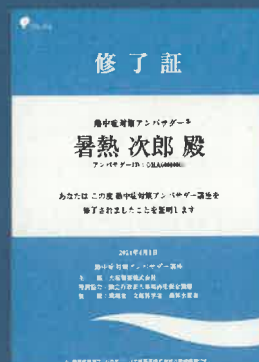
無料 [修了後の更新は不要(無期限)]

### ■ 提供されるツール



専用スライド  
(PPT形式)

監修:中京大学 松本孝朗教授  
一般・学校・職場・シニアの4パターンあります。  
※イメージです。



修了証

「熱中症対策アンバサダー」は大塚製薬株式会社の登録商標です。

# 熱中症対策アンバサダー<sup>®</sup>講座

本講座は右記団体の協力を得て開催します：山口県

## 【オンデマンドによる講義】

- 応募開始日：2024年05月01日（水）00:00
- 応募締切日：2024年09月30日（月）23:59
- 定員数： 700名様

## 実施内容

お申し込み後、受講番号とオンデマンド講義のURLをメールにてお知らせします。  
メールのご受信後、2週間以内に講義I・II・トピックス全ての視聴を終えてください。

オンデマンド

### 講義 I 「熱中症について知る」

大塚製薬株式会社

オンデマンド

### 講義 II 「熱中症対策」

大塚製薬株式会社

オンデマンド

### トピックス ① 「熱中症対策の推進のための法制度について ～気候変動適応法の改正～」

環境省

### トピックス ② 「地域における効果的な熱中症対策の取組紹介」

独立行政法人環境再生保全機構

## 確認テスト

熱中症対策アンバサダーの認定には、当講座を受講し、確認テストに合格する必要があります。講義I・II・トピックスの視聴確認がとれましたら、確認テストのご案内をメールにてお知らせいたします。確認テストの有効期限は全動画の視聴完了時間より2週間となります。それまでに確認テストを完了（受講・合格）ください。

## お申し込み方法

下記のURLもしくは二次元コードよりアクセスし、お申込みください。

<https://nccx.otsuka/sem/sam000986>



- 注意事項：携帯電話のメールアドレスを登録される場合、受信拒否にならないように、no-reply@otsuka.jpからのメールを受信できるように、設定のご確認をお願いします。  
・返信がない場合は、応募が完了していない可能性がありますので、事務局へお問い合わせください。

[no-reply@otsuka.jp](mailto:no-reply@otsuka.jp)（受講証通知・修了証発送通知・問い合わせ返信メール）

## 問い合わせ先

「熱中症対策アンバサダー講座事務局」

URL：<https://opnc.info/hamb>

TEL：0120-610-025（通話無料 / 10～18時受付、無休）