



STOP!熱中症クールワーク キャンペーンが実施されています

5月から9月にかけて**STOP!熱中症クールワークキャンペーン**と称して、熱中症対策の周知・啓発が行われています

2025年6月から労働安全衛生規則が改正され、**熱中症対策が義務化**されました

熱中症は初期症状の放置や対応の遅れにより重症化や死亡災害に至ることがあります、適切な対応を取ることで熱中症被害を防止しましょう

義務化された内容

- 熱中症の自覚がある作業員や熱中症の恐れがある作業員を見つけた者が、その旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知
- 熱中症の恐れがある労働者を把握した場合に迅速な判断ができるように、緊急時の連絡先、搬送先、熱中症に対する必要な措置の手順の作成及び関係者への周知

熱中症が疑われる主な症状

- 他覚症状
 - 顔色が悪い、真っ赤である
 - 生あくびを繰り返している
 - 発汗が急に止まる
 - 普段できるような受け答えがまともにできない
 - 自覚症状
 - めまい、頭痛、吐き気、大量の発汗、倦怠感、脱力感、体が熱く感じる
 - 水分補給しても喉が渇く、こむらがえり
- 放置してしまうと・・・

**意識障害や脳、内臓への損傷を引き起こし
重大な後遺症や死亡災害に繋がります**

熱中症を未然に防ぐために



- **暑さ指数(WBGT)**を測定、把握する
 - ↳ 気温、湿度、放射熱から算出される暑さの指標
これをもとに熱中症対策を行う
- 水分・塩分のこまめな摂取を心がけ、空調服など通気性の良い衣服を着用する
- 気温が特に高い時間帯は、屋外や高温になりやすい場所での作業は避ける
- 朝食を食べる、十分な睡眠をとるなど、日頃から体調を万全に保ち、熱中症になりにくい体を作る
- 他の作業者の様子を気にかけて、声掛けなどで健康状態の確認を行う
- 夏期を迎える前の少し暖かくなってきた時期から、**暑熱順化**を行う
 - ↳ 数日~2週間ほどかけて高い気温に徐々に体を慣らしていく事、数日暑い環境を離れると効果がなくなるため、長期休暇明けや新しく暑熱環境での作業を行う作業者は要注意

熱中症になってしまったら



- 少しでも気分が悪くなったら、水分や塩分を補給し、涼しい場所で休憩をとる
- 熱中症だと思われる人を休ませるときは、目を離した際に症状が悪化する恐れがあるため、常に誰かが付き添う
- 意識の異常が確認された場合は救急隊を要請する、判断に迷うときは#7119などの専門機関や医療機関に相談する
- 救急隊要請時の伝達事項のテンプレートを作成し、日頃から練習しておく
- 熱中症発生時の対処の手順、緊急搬送先や連絡先を把握し、関係者に周知する

適切な対策で猛暑を乗り切りましょう



〒416-0906 静岡県富士市本市場422の1
TEL 0545-61-8402
FAX 0545-63-9654
E-mail info@rikka.co.jp
URL <https://rikka.co.jp>

