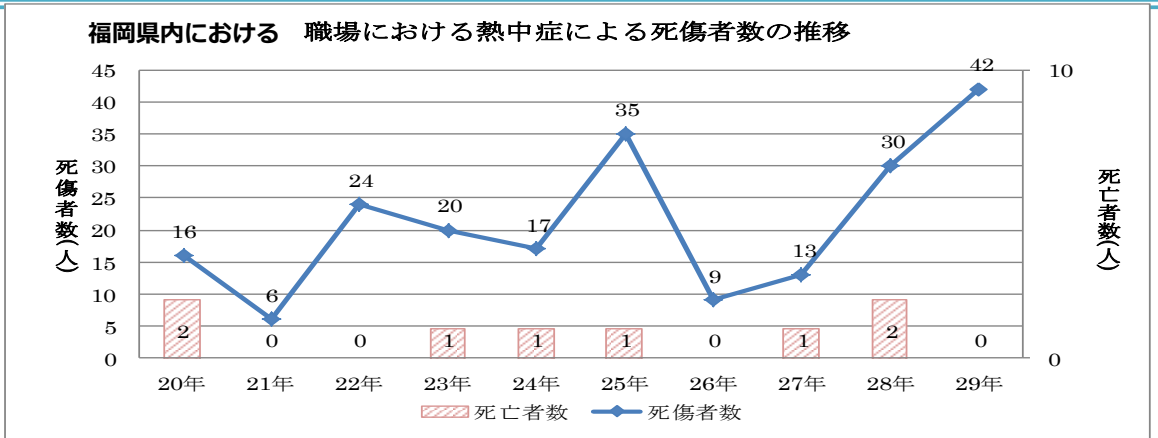


STOP! 熱中症

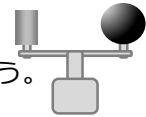
クールワークキャンペーン



STEP 1

☐ 暑さ指数 (WBGT値) の把握

JIS 規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を測りましょう。



暑さ指数計の例

STEP 2

準備期間中に検討した事項を確実に実施するとともに、測定した暑さ指数に応じて次の対策を取りましょう。

<input type="checkbox"/>	暑さ指数を下げるための設備の設置	
<input type="checkbox"/>	休憩場所の整備	
<input type="checkbox"/>	涼しい服装等	
<input type="checkbox"/>	作業時間の短縮	暑さ指数が高いときは、 作業の中止、こまめに休憩をとる などの工夫をしましょう。
<input type="checkbox"/>	熱への順化	暑さに慣れるまでの間は 十分に休憩を取り、1週間程度かけて徐々に身体を慣ら しましょう。
<input type="checkbox"/>	水分・塩分の摂取	のどが渴いていなくても 定期的に水分・塩分 を取りましょう。
<input type="checkbox"/>	健康診断結果に基づく措置	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 などがあると熱中症にかかりやすくなります。医師の意見をきいて人員配置を行いましょう。
<input type="checkbox"/>	日常の健康管理等	前日の飲みすぎはないか、寝不足ではないか、当日は朝食をきちんと取ったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的な症状について説明し、早く気づくことができるようにしましょう。
<input type="checkbox"/>	労働者の健康状態の確認	作業中は管理者はもちろん、作業員同士お互いの健康状態をよく確認しましょう。

STEP 3

熱中症予防管理者は、暑さ指数を確認し、巡視等により、上記事項を確認しましょう。

☐ 異常時の措置

少しでも異変を感じたら **ためらわずに病院へ運ぶか、救急車を呼びましょう。**