

熱中症災害ゼロへ ～ 熱中症から命を守る行動を ～

【注意点①】

8月は1年で最も熱中症による死傷者数が多い月です

全国の熱中症による月別死傷者数（平成31年～令和5年計）



厚生労働省HP参照

■死傷者数 ■死亡者数

【注意点②】

お盆休み明けには要注意が必要です

数日間でも暑い作業から離れると暑熱順化（暑さへの慣れ）の効果はなくなります



厚生労働省『働く人の今すぐ使える熱中症ガイド』参照



※手の甲の皮膚をつまみ上げて放し、もどに戻すのに2秒以上かかれば「脱水」の疑いあり

【対策①】 こまめな水分補給・休憩

のどの渇きにかかわらず、定期的（30分ごと）にスポーツ飲料、経口補水液をコップ1杯（200m l）飲むようにしましょう！

休憩は、涼しいところで、体に水をかけるなど身体冷却を！

△水分を摂らず塩飴だけ舐めても効果はありません！！



【対策②】 生活習慣を整える

前日⇒ぐっすり眠る、飲酒は控えめに 仕事前⇒しっかり食事をして体調確認を

☆簡単にできる脱水症状の確認方法



熱中症の予備軍

『隠れ脱水症』の見つけ方

爪押しでセルフチェック



手の親指の爪を逆の側でつまむ

つまんだ瞬間を離したとき、白かった爪の色がピンクに戻るのに3秒以上かかれば脱水症を起している可能性があります

令和6年の郡上市内の労働災害発生状況について(7月末集計)

※新型コロナウイルス感染症を除く ※死傷者数は休業4日以上のもの

	令和6年 (死亡者数)	令和5年 (死亡者数)	対前年比 増減数、増減率	
全産業	22	31	-9	-29.0%
製造業	7	9	-2	-22.2%
建設業	2	4	-2	-50.0%
運送業	1	0	1	
林業	5	5	0	0.0%
小売業	3	2	1	50.0%
社福祉	2	1	1	100.0%
旅館業	0	0	0	
その他	2	10	-8	-80.0%

担当者の一言

・休業4日以上労働災害(22件)のうち、事故の型別では、**転倒7件(32%)**、**墜落・転落6件(27%)**、**切れ、こすれ3件**、**はさまれ、巻き込まれ3件**の順に多く発生しています。
・年齢別では**60歳以上**の労働者が占める割合が**50%(11人)**と最も高く、**全体の半数**を占めています。

⇒通路での転倒災害が多いことから、**通路、階段に物を放置していないか、転倒を予防するための運動・教育**を行うなど対策を講じましょう！