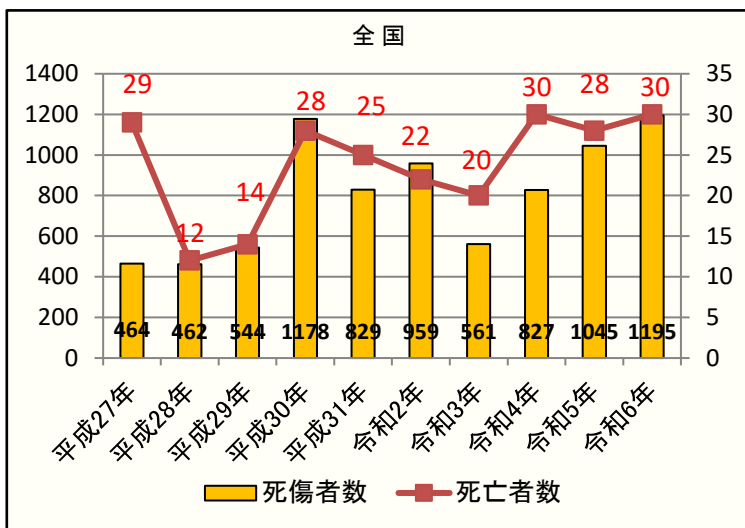
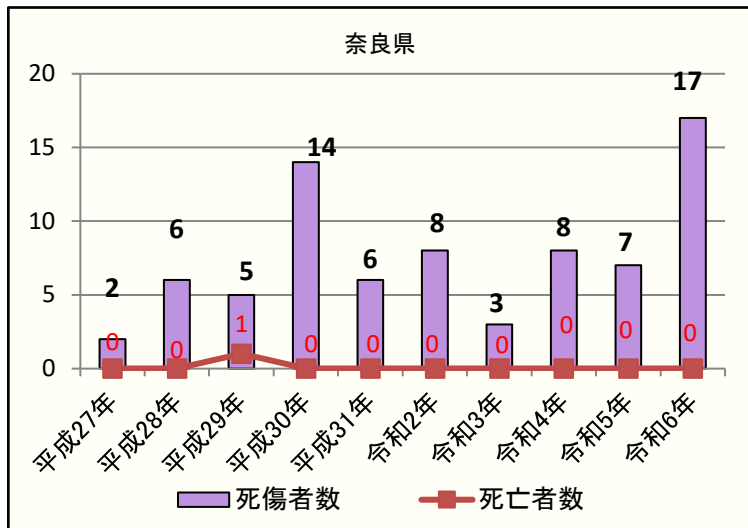


熱中症を予防しよう！

熱中症による休業4日以上死傷者は、令和6年では、奈良県は17人でしたが、全国では、1,195人と多数の方が発症しています。その内、死亡に至った事案は、奈良県では該当ありませんでしたが、全国では、**30人**の尊い命が失われています。

奈良県は、盆地型気候特有の高温多湿の日が多く、特に熱中症予防対策が求められます。



熱中症予防対策

休憩場所の整備

- 冷房を備えたり、日陰などの涼しい休憩場所を設けましょう。
- 氷、おしぼりなど身体を適度に冷やせる物品や設備、飲料水などを備え付けましょう。



暑さ指数の活用

- JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数(WBGT値)を測り、その値と作業強度に応じた対策をとりましょう。※測定器がなくても、環境省「熱中症予防情報サイト」で確認できます。(http://www.wbgt.env.go.jp)



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。



水分・塩分の摂取

- のどが渇いていなくても定期的に水分・塩分を取りましょう。

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摂ったか、管理者は確認しましょう。熱中症の具体的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。

緊急連絡網の作成

- 緊急連絡網や救急措置の手順を作成し、関係者に周知しましょう。

涼しい服装等

- クールジャケット、日よけ用布や帽子などを着用させましょう。

暑熱への順化

- 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。

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。

管理者、労働者に対し熱中症教育を

- 厚生労働省ポータルサイト「学ぼう！ 備えよう！ 職場における熱中症予防情報」に掲載の動画コンテンツ等をご利用ください。



少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、すぐに病院に搬送するか救急車を呼びましょう！

令和6年発生の中熱による労働災害事例 (奈良労働局管内事業場 労働者死傷病報告)

	日時	業種・職種	災害発生概要（参考：奈良市の最高気温、平均湿度）
1	6月13日 15:30	その他の小売業 販売員	店舗倉庫にて品出し作業中、倉庫で気分が悪くなり、めまいや吐き気を感じ、後日受診。 (31.6℃、66%)
2	7月2日 13:30	その他の小売業 ドライバー	屋外で大型トラックを洗車していたところ、頭痛、嘔吐、下痢等の症状のため、早退。翌日受診。 (27.6℃、91%)
3	7月3日 17:30	公園・遊園地 営業員	仕事を終え着替えを済ませた後、休憩所の椅子に腰かけていたところ、よろけて椅子から床に落ち、うつ伏せに倒れたもの。手足のしびれ等から自身で起き上がりず救急搬送。 (34.3℃、76%)
4	7月6日 15:30	警備業 警備員	草刈りの現場に警備員として従事中に、中熱と思われる症状で倒れ救急搬送。 (35.7℃、63%)
5	7月8日 16:00	その他の小売業 作業員	倉庫で勤務中に意識がなくなり倒れ救急搬送。頭痛、手足のしびれ等から中熱と診断。 (35.2℃、61%)
6	7月11日 10:00	産業廃棄物処理業 作業員	屋外で材料の運搬作業中に倒れたもの。 (27.4℃、87%)
7	7月18日 13:00	一般貨物自動車運送業 ドライバー	配達途中に体調不良の自覚症状はあったが、そのまま仕事を継続し会社に戻ったが、体調が悪化し、足が痙攣し歩行困難となり受診。 (36.2℃、66%)
8	7月19日 14:00	その他の廃棄物処理業 作業員	草刈り作業終了後、体調が悪かったので、エアコンの効いた車内で休んでいたところ、突然嘔吐したので、救急搬送。 (36.3℃、63%)
9	7月23日 11:30	各種商品小売業 販売員	荷受け場で検品や仕分け作業等を行っていたところ、立ってられなくなり椅子に座って休憩していたところ、嘔吐し意識がなくなり受診。 (36.3℃、65%)
10	8月27日 15:00	その他の廃棄物処理業 作業員	清掃工場内で座って休憩中に、立ち上がろうとした際に立ち眩みで意識を失い救急搬送。 (36.3℃、72%)

- 災害発生場所は、奈良県内の各所及び県外作業箇所等で発生しています。奈良市の最高気温や湿度は、参考指標です。
- いずれも、休業（4日以上）災害です。