

STOP! 熱中症

職場の熱中症予防対策は万全ですか？

— 熱中症予防対策の徹底を図りましょう —

「熱中症」とは高温多湿な環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害を総称した疾病で、重篤な場合、死に至る恐ろしい疾病です。

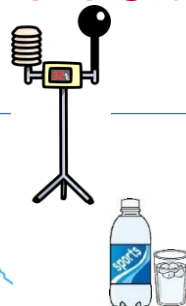
令和3年の1年間、徳島県内では熱中症による死亡労働災害は発生していませんが、31人が病院で治療を受けています。そのうち当署管内（阿南市、那賀郡、海部郡）は15人となっており、県内で最も多い人数となっています。

確実に実施できているかを確認し、☐にチェックを入れましょう！

☐ 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



☐ WBGT値を下げるための設備、休憩場所の設置	簡易な屋根の設置、通風または冷房設備やミストシャワーなどの設置、また、涼しい休憩場所を確保しましょう。休憩場所には氷、冷たいおしぼり、シャワー等や飲料水、塩飴などを設置しましょう。通気性の良い服装なども着用しましょう。	
☐ 通気性の良い服装等		
☐ 作業時間の短縮	WBGT値が高いときは、 単独作業を控え 、WBGT値に応じて 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。	
☐ 暑熱順化	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。特に、 入職直後 や 夏季休暇明け の方は注意が必要です！	
☐ 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。	
☐ プレクーリング	休憩時間にも体温を下げる工夫をしましょう。	
☐ 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。	
☐ 日常の健康管理など	前日はお酒を飲みすぎず、よく休みましょう。また、当日は朝食をしっかりとるようにしましょう。熱中症の具体的な症状について理解し、熱中症に早く気付くことができるようにしましょう。	
☐ 作業中の作業者の健康状態の確認	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。特に、入職直後や夏季休暇明けの作業員に気を配りましょう。	

管理者は、暑さ指数を確認し、
巡視などにより、次の事項を
確認しましょう。

- ☐ 暑さ指数の低減対策は実施されているか
- ☐ 各作業者が暑さに慣れているか
- ☐ 各作業者は水分や塩分をきちんと取っているか
- ☐ 各作業者の体調は問題ないか
- ☐ 作業の中止や中断をさせなくてよいか

重要

異常時の措置



～少しでも異変を感じたら～

- ・ いったん作業を離れる
- ・ 病院へ運ぶ、または救急車を呼ぶ
- ・ 病院へ運ぶまでは一人きりにしない



阿南労働基準監督署