

STOP！熱中症

本格的な

1. 作業は暑さに慣れてから

資料はこちら➡



暑さに慣れるまで十分に休憩を取り、1週間程度をかけ徐々に体を慣らしましょう。入場直後や休み明けは注意が必要です。

2. 環境を正しく把握しよう

WBGT値測定

WBGT指数計で「WBGT値」を随時把握しましょう。作業時の衣服の種類によっては補正が必要です。



3. 設備や対策は早め早めに

低減対策

把握した数値をもとに、休憩場所の整備、水分・塩分補給、休憩時間の設定などを行います。
また、熱中症予防の教育や日々の健康管理をしましょう。

4. 定期的に摂取しよう

積極的に



自覚症状にかかわらず、定期的に水分及び塩分を摂取しましょう。
「もう少し」、「切りがいいところまで」といった我慢は危険です。

5. 「あれ？」と思ったら一旦休み

ためらわず

少しでも本人や周りが異変を感じたら、必ず、一旦作業を離れましょう。
大丈夫と申し出があっても、熱中症の症状があれば、病院搬送、救急隊の要請を行います。
その時は一人きりにはせず、誰かが様子を見るようにしましょう。

私たちの作業所では熱中症予防対策を積極的に実施しています。

作業所名	
責任者職氏名	