

熱中症予防対策セミナーを開催しました

山口県において、昨年1年間で、約800人が熱中症の疑いで救急搬送され、また、職場においても全国の約1割を占める3人の死亡者が発生しました。7月は梅雨明けを迎え、暑さ指数が急激に上昇し、熱中症が多く発生する時期であり、熱中症予防対策の取組の徹底が求められます。

このため、熱中症予防対策の周知や更なる気運の醸成を図るべく、山口労働局、山口労働基準監督署、山口産業保健総合支援センターの共催により、令和6年6月24日(月)、維新ホールにおいて「熱中症予防対策セミナー」を開催しました。当日は熱中症関係のリーフレットのみならず、うちわ、塩飴、スポーツドリンク等も配布されました。

県内企業の安全管理担当者を中心に満席の80名の方々に参加を頂き、参加された皆様の熱中症対策に対する関心の高さが感じられました。また、山口産業保健総合支援センターから各種支援制度及びグッズの提供もなされました。



【満席の会場の様子】



【山口産業保健センターの情報提供】



【受付の様子】

セミナー冒頭、山口労働局梅本健康安全課長から、「熱中症による被災者は増加傾向にあることから、暑くなる前にしっかりと対策して欲しい。」と挨拶がありました。また、山口県内及び全国の熱中症による労働災害発生状況とクールワークキャンペーン期間中の取り組み等について説明がありました。



【冒頭の挨拶 山口労働局 梅本健康安全課長】

まず、第1部では、「熱中症のメカニズムと予防対策」として、山口産業保健総合支援センター保健師の岸野朝子様から講演がありました。岸野様からは、熱中症の定義から症状、そして予防対策まで説明がありました。特に、予防対策として、労働衛生の5管理のうち、作業環境管理 作業管理 健康管理について説明がありましたが、例えば、作業管理の「定期的な休憩と水分補給が必要であり、作業前及び休憩ごとに150mlから250ml以上の経口補水液やスポーツドリンクを補給する必要があること」、健康管理の「日常生活で気を付ける点として、規則正しい生活を行うこと(3食バランスよく、良い眠りを心がけること、アルコールは適量に)、汗をかける身体作りをする(若干汗ばむ程度の入浴を習慣的に、ウォーキングの勧め、朝や夕方涼しい時間30分程度のウォーキングを習慣的に)」等の説明が印象的でした。岸野様から熱中症に関する基本的な内容から応用な内容までのわかりやすい説明に参加者は真剣に聞いていました。



【第1部 山口産業保健総合支援センター保健師 岸野朝子様】

第2部は、「熱中症対策取り組みの紹介」として、大塚製薬株式会社山口出張所長の古川保教様から講演がありました。古川様から「暑い場所では、脱水がおき、体温調整機能の低下や体水分バランスが崩れるため、イオン飲料の補給が重要である」「水分・塩分補給に加えて、活動前に体の内部の温度（深部体温）をあらかじめ下げることが大切である」「近年では、深部体温に着目し、カラダの内側から冷却する方法としてアイススラリーを用いることにより深部体温を速やかに低下させ熱中症リスクの軽減が期待できる」旨の説明がありました。なお、アイススラリーは、厚生労働省の通達でも作業中の体温上昇を抑えるプレクーリングの一つとして紹介されています。



【第2部 大塚製薬株式会社山口出張所長 古川保教様】

第3部では、「熱中症に係る応急対策」として、山口市消防本部救急課主幹の田中傑也様から講演がありました。田中様から、「消防隊員も水分補給は重要であり、必ず訓練前・訓練途中・訓練後に水分を補給すること、火災出場の際も消防車の中で水分補給をしてから消火作業に取り掛かる」ことの説明がありました。また、熱中症の対処方法（軽度の場合、重症の場合）や救急車を呼ぶ必要がある場合をわかりやすく説明いただきました。暑さ指数（WBGT）が28以上であれば警戒する必要があるとあり、セミナー当日の14時には指数が25まで上昇していることについても言及されていました。



【第3部 山口市消防本部救急課 田中傑也様】

最後に、閉会の挨拶を上田山口労働基準監督署長が行いました。挨拶にあたり、令和5年に山口県で発生した熱中症による死亡災害について説明がありました。熱中症は誰にでも起こり得るものである危険な災害であること、予防は必要不可欠である旨の説明について、終了間際の参加者も聞き入っていました。



【閉会の挨拶 山口労働基準監督署 上田署長】

現在、厚生労働省では「令和6年 STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」を全国的に実施中です。この期間中は、事業主のみなさまには 暑さ指数(WBGT)の把握とその値に応じた熱中症予防対策の実施 作業を管理する者及び労働者に対してあらかじめ労働衛生教育を行うこと 糖尿病や高血圧症等、熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病を有する者に対して医師等の意見を踏まえた配慮を行うことなどの取組みをお願いします。熱中症対策は、「予防」と「応急処置」が大切です。有効な熱中症対策を講じて元気に暑さを乗り越えましょう。



【引き続き熱中症予防対策に取り組んでまいります】

(この記事に関するお問い合わせ先)

労働基準部 健康安全課 083-995-0373