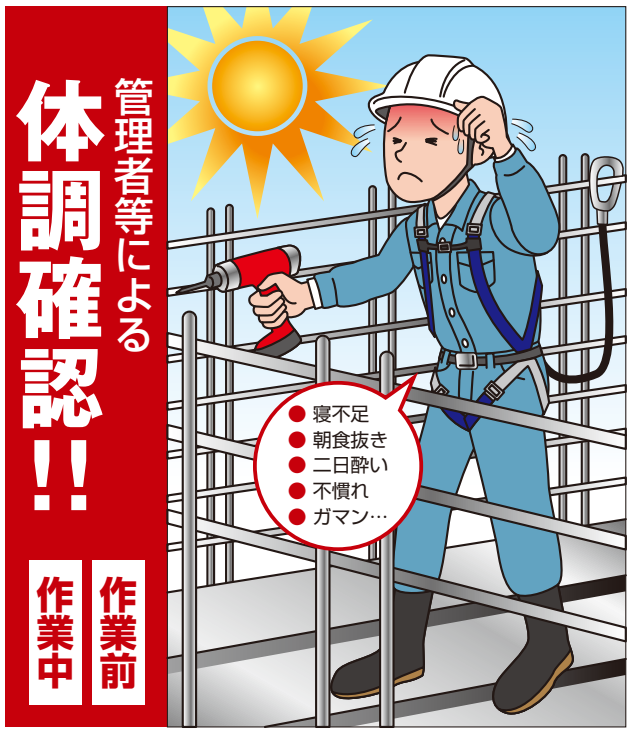


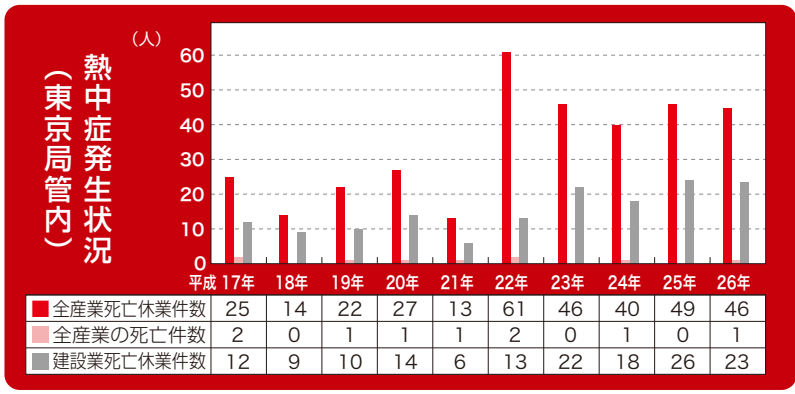
死を招く「熱中症」を防ごう!!



体調確認!!
 管理者等による
作業前
作業中

平成26年、熱中症による休業4日以上労働災害は46人(1月31日現在の速報値)であり、前年に比べて減少しました。業種別では、建設業が5割を占め、そのほか小売業、警備業など幅広い業種で発生しています。また、屋外作業に限らず、屋内作業においても発生しています。

熱中症に対しては、正しい知識と適切な予防対策や応急処置が必要です。**本格的な夏を迎える前から、熱中症の予防対策を計画的に進めましょう。**



平成26年に発生した熱中症の事例

発生月 時間帯	業種	発生状況	気温(°C) (最高気温)	被災程度
6月 11時台	建築工事業	3階床スラブ上にてコンクリート打設の合番作業中、暑さにより熱中症になった。	25.9 (27.9)	9日
7月 14時台	小売業	屋内外に設置された飲料自動販売機のルートセールス中、体調が悪くなり熱中症と診断された。	32.7 (34.2)	4日
7月 17時台	出版業	セミナーを開催していた会場にて什器の設置作業中、人員不足で休憩を取らなかった結果、熱疲労の症状となった。	26.1 (28.0)	5日
7月 16時台	土木工事業	広場整備工事現場にて土木作業後の片づけ中、気分が悪くなり熱中症による腎不全と診断された。	31.0 (32.9)	7日
7月 16時台	建築工事業	建築工事現場にて測量作業中、突然体が硬直して倒れ、熱中症と診断された。	31.0 (32.5)	5日
7月 20時台	倉庫業	倉庫内にて荷の運搬作業中、体調が悪くなり熱中症と診断された。	29.3 (33.1)	4日
7月 19時台	警備業	警備先の公園にて警備中、低酸素状態となり倒れ熱中症と診断された。	30.9 (34.6)	10日
8月 16時台	建築工事業	外構工事中、体調が悪くなり高熱があったにもかかわらず勤務を続け、その後熱中症と診断された。	33.9 (36.1)	6日
8月 16時台	建築工事業	足場解体現場にて解体した足場材をトラックに積込作業中、ふらついて倒れた。	33.0 (34.5)	30日

気温は、東京管区気象台の所在する千代田区のものであり、参考です。

熱中症とは

熱中症は高温、多湿の環境下で、体内の水分及び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で、症状などにより次のように分類されます。

これらの症状が現れた場合には、熱中症を発症した可能性があります

I 度	めまい・失神… 「立ちくらみ」のこと。「熱失神」と呼ぶこともあります。 筋肉痛・筋肉の硬直… 筋肉の「こむら返り」のこと。「熱痙攣」と呼ぶこともあります。 大量の発汗	重症度 小
II 度	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感… 体がぐったりする、力が入らない、など。従来「熱疲労」と言われていた状態です。	重症度 大
III 度	意識障害・痙攣・手足の運動障害… 呼びかけや刺激への反応がおかしい、ガクガクと引きつげがある、真直ぐに歩けない、など。 高体温… 体に触ると熱いという感触があります。従来「熱射病」と言われていたものが相当します。	

熱中症を防ぐには

直射日光等により高温・多湿になる屋外作業場所などでは、熱中症を予防するため次の対策に努めてください。

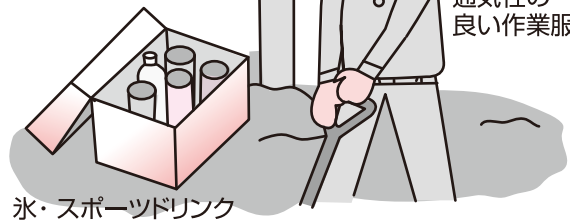
(1) 作業環境の面から

- 日除けや通風をよくするための設備を設置し、作業中は適宜散水する。通風が悪い場所での散水については、散水後の湿度の上昇に注意してください。
- 水分や塩分を補給するためのものや身体を適度に冷やすことのできる氷、冷たいおしぼりなどの物品などを備え付ける。
- 作業場所の近くに冷房を備えた休憩場所又は日陰などの涼しい休憩場所を設ける。
- 作業中の暑熱環境の変化がわかるよう、熱中症指針計等によりWBGT測定を行う。

暑熱環境のリスクを評価する場合には、気温に加え、湿度、風速、輻射熱を考慮して総合的に行う必要があり、「WBGT」は、基本的な暑熱諸要素を総合している有効な手段と考えられています。その活用については、平成17年7月29日付け基安発第0729001号通達「熱中症の予防対策におけるWBGTの活用について」により示されています。

(2) 作業の面から

- 作業休止時間や休憩時間を確保し、高温多湿作業場所の作業を連続して行う時間を短縮する。
- 計画的に熱への順化期間を設ける。
- 作業服は透湿性及び通気性の良いもの、帽子は通気性の良いものを着用する。



氷・スポーツドリンク

(3) 健康の面から

- 健康診断結果などにより作業者の健康状態をあらかじめ把握しておく。また、熱中症の発症に影響を与えるおそれのある糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全等に注意する。
- 労働者の健康状態等の確認を行うため、作業中は巡視を頻繁に行う。



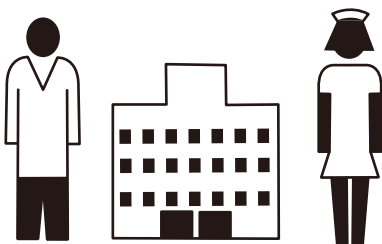
救急措置

作業開始前にあらかじめ緊急連絡網を作成し、関係者に知らせておいてください。また、作業現場の近くの病院や診療所の場所を確認してください。

少しでも異常が見られたら、下記の手当てを行ってください。呼びかけに対する返事がおかしいなど意識障害がある場合、自力で水分を摂取できない場合、症状が回復しない場合、その他必要と認める場合には、直ちに医療機関へ搬送してください。

手当の方法

- ◆ 暑い現場から涼しい日陰か、冷房が効いている部屋などに移す。
- ◆ 水や塩分をとらせる。
- ◆ 衣類をゆるめて（場合によっては、脱がせて）、体から熱の放散を助ける。
- ◆ うちわ、扇風機の風に当てたり、氷嚢などがあれば、それを首、脇の下、足の付け根に当てる。



以上のことで、不明なことがありましたら、東京労働局健康課・各労働基準監督署までお問い合わせください。