

# STOP! 熱中症

令和4年5月～9月



## クールワークキャンペーン



— 熱中症予防対策の徹底を図りましょう —

職場における熱中症で亡くなる人は、平成24年から令和3年までの10年間、全国で200人以上にのぼり、毎年400人以上が4日以上仕事を休んでいます。

●実施期間：令和4年5月1日から9月30日まで（準備期間令和4年4月、重点取組期間令和4年7月）



「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。

## 福岡県下の熱中症の発生状況の推移（平成24年～令和3年）

24年	25年	26年	27年	28年	29年	30年	31年(元年)	2年	3年
17 (1)	35 (1)	9	13 (1)	30 (2)	42	64	30 (1)	27 (1)	15 (0)

熱中症による休業4日以上死傷者数（人）の推移（ ）内の数値は**死亡者数**であり、死傷者数の内数

熱中症を防ぐには、自分の体調を管理することはもちろんのこと、働く環境がどういう状態なのかを確認する必要があり、その環境に順化することが重要です。

環境の確認に有効な手段が暑さ指数（WBGT値）の活用です。

WBGT値を計算するのは大変ですが、**WBGT測定器**を使うと簡単に暑さ指数を計測できます。

### WBGT測定器を活用して 熱中症を予防しましょう！



測定器は（JIS B 7922）に適合したものを準備しましょう。

※WBGT値は毎日環境省が、

「環境省熱中症予防情報サイト」の中で（WBGT）暑さ指数を公表しています。

詳しくは、<http://www.wbgt.env.go.jp/> を参照ください。

WBGT値はあくまで働く環境の状態を示すものです、労働者自身の体調は熱中症の発症に大きくかかわってきます。

深酒や睡眠不足を避け、体調不良の時は躊躇せず、上司や同僚に報告しておきましょう。

**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

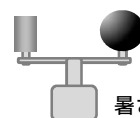


# キャンペーン期間（5月1日～9月30日）

STEP  
1

## 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

STEP  
2

準備期間中に検討した事項を確実に実施するとともに、測定した暑さ指数に応じて次の対策を取りましょう。

暑さ指数を下げるための設備の設置	
休憩場所の整備	
涼しい服装など	
作業時間の短縮	暑さ指数が高いときは、 <b>単独作業を控え</b> 、暑さ指数に応じて <b>作業の中止</b> 、 <b>こまめに休憩をとる</b> などの工夫をしましょう。
熱への順化	暑さに慣れるまでの間は <b>十分に休憩を取り</b> 、 <b>1週間程度かけて徐々に身体を慣ら</b> しましょう。
水分・塩分の摂取	のどが渴いていなくても <b>定期的に水分・塩分</b> を取りましょう。
健康診断結果に基づく措置	<b>糖尿病、高血圧症、心疾患、腎不全、精神・神経関係の疾患、広範囲の皮膚疾患、感冒、下痢</b> 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。
日常の健康管理など	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取ったか、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、早く気付くことができるようにしましょう。
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。

STEP  
3

熱中症予防管理者は、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
- 各労働者が暑さに慣れているか
- 各労働者は水分や塩分をきちんと取っているか
- 各労働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

### 異常時の措置

～少しでも異変を感じたら～

- ・一旦作業を離れる
- ・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

## 重点取組期間（7月1日～7月31日）



暑さ指数の低減効果を改めて確認し、必要に応じ追加対策を行いましょ。

**特に梅雨明け直後は、暑さ指数に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底しましょ。**  
**水分、塩分を積極的に取りましょ。**

各自が、睡眠不足、体調不良、前日の飲みすぎに注意し、当日の朝食はきちんと取りましょ。

期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を行いましょ。

**少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、すぐに救急車を呼びましょ。**

