



# クールワークキャンペーン実施中

関東地方は早くも梅雨明け！  
熱中症嚴重警戒中！

尿がしばらく出ていない場合

体温が38度以上ありそうな場合

1分間の心拍数が100以上ある場合

工具を落とす、転倒するなどの症状がある場合

言動がおかしい場合(意識障害がある)

これらは熱中症の危険サイン  
すぐに医療機関を受診させましょう。

## 職場の熱中症予防のためのチェックシート

☑ あなたの職場の対策は万全か、自主点検してみましょう！

<input type="checkbox"/> ①WBGT値（暑さ指数）を把握していますか	➡	WBGT基準値を大幅に超える場所で作業を行わせる場合は、単独作業を控え、休憩時間を長めに設定しましょう。
<input type="checkbox"/> ②休憩場所は整備していますか	➡	涼しい休憩場所を設け、身体を適度に冷やすことのできる物や設備（水、おしぼり、シャワー等）なども備えましょう。
<input type="checkbox"/> ③緊急時に搬送を行う病院を把握していますか	➡	近隣の病院、診療所の情報を把握した上で、救急措置の手順を関係者に周知しましょう。
<input type="checkbox"/> ④熱に慣れ、環境に適応するための「順化」期間を設けていますか	➡	労働者が暑さに慣れていない・適応していない場合は、7日以上かけて高温多湿の環境での作業時間を次第に長くしていきましょう。
<input type="checkbox"/> ⑤自覚症状の有無にかかわらず、労働者に水分・塩分を摂取させていますか	➡	水分や塩分の摂取を確認する表を作るなどして摂取状況を確認し、徹底を図りましょう。
<input type="checkbox"/> ⑥労働者に、透湿性・通気性のよい服や帽子を着用させていますか	➡	クールジャケット、日よけ用の帽子、冷却グッズなどを活用しましょう。
<input type="checkbox"/> ⑦睡眠不足・体調不良など労働者の健康状態に配慮していますか	➡	朝礼などの際に、労働者の体調を確認し熱中症の発症に影響を与えるおそれがあるかを確認しましょう。
<input type="checkbox"/> ⑧熱中症を予防するための労働衛生教育を行っていますか	➡	作業管理者や労働者に対し、熱中症の症状や予防方法、緊急時の救急処置等について教育を行いましょう。

