

# 平成 25 年度 浅川建設災害防止連絡協議会総会次第

平成 25 年 6 月 4 日  
箕輪町地域交流センター研修室

## 次 第

1 開会のことば

2 会長挨拶

3 質疑

議案 1 平成 25 年度役員について

議案 2 平成 25 年度基本方針と安全目標について

議案 3 平成 25 年度浅川建設安全行事について

議案 4 浅川建設総括安全大会出席のお願い

その他 協力会社からのご意見、ご要望

4 安全宣言

5 閉会のことば

## 議案 1 平成 25 年度役員について

4 班幹事市瀬さん（伊那協同アスコン）より赤井田さん（東亜道路工業㈱）に変更の申し出がありました。

その他には変更の申し出がありませんでしたので引き続き副会長、幹事をお願いいたします。

## 議案 2 平成 25 年度基本方針と安全目標について

浅川建設工業株式会社の平成 25 年基本方針

- I スピード：早く始めて速やかに終わる。工事期間を短くする。
- II 一致団結：全員が目標に向かって取り組む
- III 役割分担：一人が頑張るのではなく協力し合いながら工事を進める
- IV PUDCA 浅川サークルの実践：PDCA サークルに U 確認理解を追加。作業関係者全員が理解し確認しながら作業を行なう

労働災害防止連絡協議会の平成 25 年度方針

- 1 保護具の着用と使用の徹底（重点実施項目）
- 2 作業手順、作業計画の策定と関係者への周知徹底（重点実施項目）
- 3 職長教育受講者の作業中の現場駐在と作業主任者による作業管理の徹底
- 4 不注意による災害発生の抑制と先を読んだ安全対策の実施
- 5 リスクアセスメントの活用と法令遵守の徹底
- 6 送り出し教育の実施と協力会社トップによる現場確認の実施
- 7 社会保険加入推進と適正な見積及び福利厚生費用の計上

平成 25 年度目標

『安全衛生水準のレベルアップ』

平成 25 年度安全衛生スローガン（案）

『活気ある明るい職場でゼロ災害』

始業前と終業時には必ず全員と挨拶をしよう

## 議案 3 平成 25 年度浅川建設安全行事について

毎月 5 日の安全大会には工事請負中は出席をお願いします。5 日（当日）に作業が無くても出来る限りの出席をお願いします。

毎月 15 日は交通安全の日です。一か月間の自分の運転を振り返り、無事故の誓を新たにしてください。

毎月 25 日は労働衛生の日です。現場の片付け、事務所や車両の清掃等を現場単位で全員参加で実施

してください。

毎月第2火曜日は店社パトロールです。6月9月12月3月は災害防止連絡協議会も同行していただきます。今月は11日に予定しています。詳細はホームページにアップしていますのでよろしくお願いします。

その他の行事はご協力をいただく場合のみその都度お知らせしますのでよろしくお願いします。

#### 昨年のパトロールでの結果・反省点

1. 屋外でコードリールを使う場合は屋外用を使用する。
2. 脚立足場が3点支持されていない。
3. 斫時の保護メガネ、マスク 溶接時のマスク、足場上で転落の危険がある場所での安全帯の使用など保護具の適正な使用ができていない場合がある
4. 発動発電機、コンプレッサーなどを使用する時の防油堤がない
5. 持込機械の管理ができていない。特に発電機や溶接機など。「持込許可証」「取扱責任者の表示」

#### 議案4 浅川建設総括安全大会出席のお願い

平成25年6月27日 木曜日 13時から17時まで 地域交流センター研修室にて  
全員参加による総括安全大会が開催されますので、出席をお願いします。

なお、会場準備の都合がありますので平成25年6月20日までに別紙出欠表をFAXもしくはメールで提出をお願いします。

#### その他 協力会社からのご意見、ご要望

- ① 保護帽の確認は出来ていますか：保護帽のチェックリストを各現場責任者に配布している
- ② 工事を効率よく進めるために出来るだけ現場入場回数を減らすように工夫してほしい。
- ③ 足場設置場所の下地処理をお願いしたい。特に新築工事では泥が壁に付くことがあり困る
- ④ パトロール時に災害防止連絡協議会のヘルメットを用意してはどうか：検討します
- ⑤ チェックリストを簡素化してはどうか。チェック項目の割に時間が短い。：検討します
- ⑥ 安全第一という考えが予算的な面からも疎かになっている気がする。
- ⑦ 熱中症対策等の様々な情報発信をお願いしたい：順次掲載していきます。
- ⑧ パトロールの結果等を発表して情報を共有し意識を高めていければいいのではないかと
- ⑨ パトロールは建築関係の会員は出来るだけ建築の現場にしてほしい  
：建築の現場が少ないのでご了承いただきたいのと、無理しない範囲で参加してください。午前だけとかこの現場のみとかでも結構です。
- ⑩ 現場内で出たごみは捨てさせてほしい：ごみの減量化のためにご協力をお願いします。梱包材などの簡略化、省力化も併せてお願いします。

## 平成 25 年度浅川建設総括安全大会出欠表

平成 25 年 6 月 27 日開催の浅川建設総括安全大会に

出席

欠席

しますので、よろしく申し上げます。

会社名

---

協議会担当者名

---

参加者名

以上 名

---

FAX 0265-79-9156 Email [a-ishi@asakawa.jp.net](mailto:a-ishi@asakawa.jp.net) までお願いします

なお、当日はすべての現場午後から休工とし、安全教育訓練として実施しますので  
工事請負業者代表者におかれましては貴社職員及び作業者の参加にご配慮いただきたく  
お願い申し上げます。

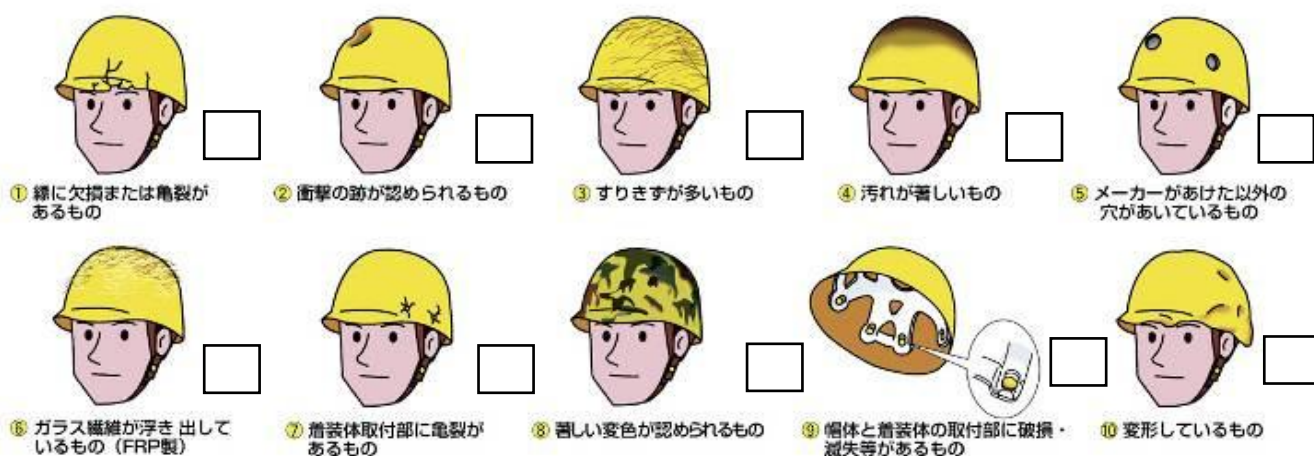
# ⚠️ 保護帽点検20のチェックポイント

## 使用前の点検

- 「労・検」ラベルを確かめて、作業に合った区分の保護帽を使用してください。
- この「保護帽点検 20のチェックポイント」で点検し、少しでも異常が認められる保護帽は、使用しないでください。
- 部品類に異常が認められた場合は、ただちに交換してください。（修繕をしないでください。）

## このような保護帽は使用しないで下さい。

帽体（FRP製帽体/ABS、PC、PE等の熱可塑性樹脂製帽体）

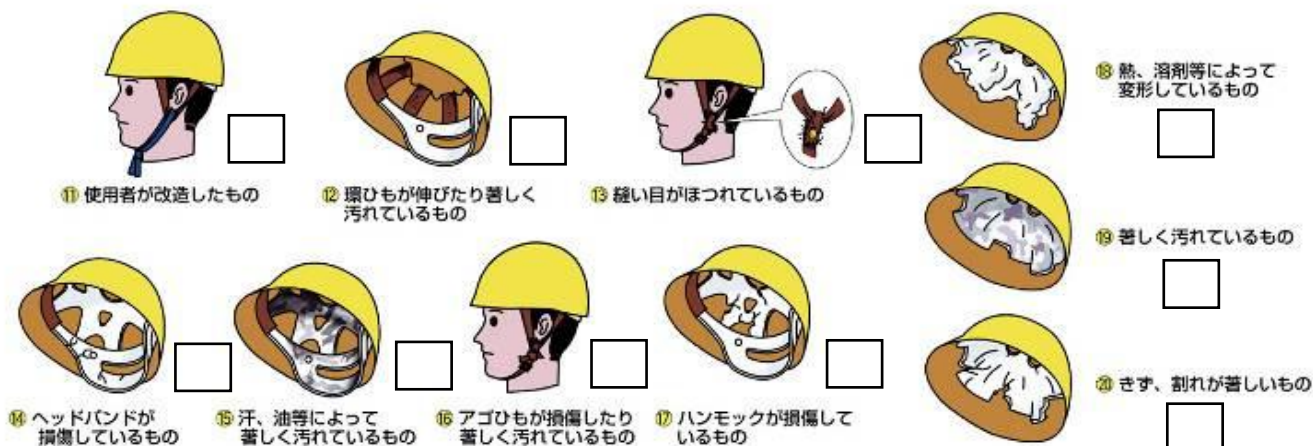


※一度でも衝撃を受けたものや、改造されたものは、外観に異常がなくても性能が低下していますので、使用しないでください。

## このような場合、部品を交換して下さい。

装着体・アゴひも

衝撃吸収ライナー



※イラストは異常な状態を分かりやすくするために誇張して表現してあります。

梅雨時から夏場、さらに秋口にかけて食中毒の発生しやすい時期です。食中毒は一年中発生しますが、全体の約70%がこの時期に集中しています。

また、この時期は夏休みや秋の行楽シーズンなどなにかと屋外で食事をする機会も多く、その際のお弁当や料理が原因で食中毒を引き起こすケースもあります。そこで今回は食中毒を防ぐお弁当の作り方をご紹介します。



### 食中毒の原因は細菌

食中毒を引き起こす主な原因は、O-157など細菌やウイルスによるもの、ふぐやキノコなどの毒素によるもの、洗剤などの化学物質が原因で引き起こすものなどがあります。中でも細菌やウイルスが原因で引き起こす食中毒が全体の90%以上とされています。細菌は気温や湿度が高くなると活発に繁殖するので、この時期に食中毒が増える傾向になります。

主な食中毒菌は

- 病原大腸菌……食肉(牛・豚・鶏)や水、その他食品が原因
- サルモネラ菌……食肉(牛・豚・鶏)や卵が主な原因
- 腸炎ブドウ球菌……魚や貝などの海産物がおもな原因



このほかぶどう球菌、ウエルシュ菌、カンピロバクターなどの菌によって引き起こされる食中毒もあります。毎年話題になるO-157は病原大腸菌の一種で、O-157が作り出すペロ毒素という強力な毒素が大腸を攻撃するため、激しい腹痛と血便を起こすこともあります。

### 三大原則「付けない」「増やさない」「殺す」

食中毒菌を予防するポイントは「付けない」「増やさない」「殺す」が原則です。

#### ○付けない

予防の第一歩は、清潔を保ち食品に食中毒菌が付かないようにすることです。

- ・新鮮な食材を選ぶ
- ・必要に応じてしっかり手を洗う
- ・調理器の洗浄、消毒はマメに行う

#### ○増やさない

食中毒菌の増殖条件は栄養、水分、温度、時間など、これらを注意することで菌の増殖を防ぐことが大切です。

- ・清潔な調理場を保つ
- ・作った料理はなるべく早く食べる
- ・食品の保存温度を上げない

#### ○殺す

ほとんどの食中毒菌は熱に弱い性質です。しっかり加熱して菌を殺してしまえば大丈夫。十分な加熱がポイントです。



## お弁当作りのポイント

ただでさえ腐りやすいこの時期、調理や詰め方には細心の注意が必要です。

### ○ご飯・おにぎり

- ・おにぎりはラップでにぎるのが清潔です。
- ・おにぎりの海苔は温かいうちに巻くと痛みやすくなります。食べるときに巻くのがおすすめです。
- ・炊き込み御飯やチャーハンなど味付けしたご飯や具は痛みやすいので避ける。
- ・ご飯の上に卵やお肉をのせるのも痛みやすいので避ける。
- ・梅干や酢には殺菌・抗菌効果があるので、ご飯を炊くときに入れて炊くと効果的。

### ○おかず

- ・前日の残り物を利用する時は、もう一度中まで火を通す。
- ・水分が出やすい和え物や煮物はできるだけ避けるようにし、煮物を入れる場合は煮汁がなくなるまで十分煮詰める。
- ・ちくは、かまぼこ、ハムなど半加工製品や練製品は痛みやすいので、加熱処理をする。
- ・わさびや生姜、梅干、お酢など殺菌・抗菌効果のある食材をうまく利用して調理する。

### ○詰め方

- ・ご飯やおかずが温かいうちに詰めてしまうと痛みやすくなるので、十分に冷めてから詰める。
- ・ご飯とおかずは一緒にせず、別々の容器に入れる。
- ・痛みやすい生野菜などをしきりに使わずにアルミホイルなどを使用する。

## 2 熱中症とは

熱中症は、高温多湿の環境のもとで、体内の水分と塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体温調節機能など体内の調節機能がうまく働かなかつたりすることによって発症する障害の総称です。

熱中症の症状と分類は表-3のとおりです、熱中症を発症すると死に至ることもありますが、予防方法を知っていれば防ぐことができます。また、応急措置を知っていれば救命することが出来ます。

表-3 熱中症の症状と分類

分類	症状	重傷度
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	
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。	
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、ガクガクと引きつけがある、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」などと言われていたものが相当します。	

三宅康史、有賀徹、井上健一郎、他：熱中症の実態調査 Heat stroke study 2008 最終報告。

(厚生労働省：職場における熱中症予防対策マニュアル)

## 3 熱中症を生じやすい条件

熱中症は、高温多湿の作業環境、作業への慣れ、服装、健康状態などの要因によって引き起こされます。

### (1) 作業環境

高温・多湿である、発熱体から放射される赤外線による輻射熱がある、風が弱い(ない)などの場所は汗が蒸発しにくく、体温の調節に無効な発汗が増え、脱水症状に陥りやすくなります。特に屋外の建設現場は直射熱や輻射熱が多く、極めて熱中症になりやすい作業環境にあります。

### (2) 初めての作業

人間の体は、暑い環境での作業を始めてから3~4日経たないと、体温調節が上手になってきません。このため、急に暑くなった日や、久しぶりに暑い環境で作業を行うと、体温調節が上手くいかず、熱中症になるリスクが高くなります。

### (3) 服装

通気性や透湿性の悪い衣服や保護具を着用して行う作業では、汗をかいても、熱を



下げることが困難となります。

#### (4) 健康状態

病気や病気で投薬を行っている場合に、脱水症状を生じやすくなる、また、発汗、体温調節が阻害されやすくなる場合があります。また、発熱、下痢での脱水症状、皮下脂肪が厚いことも熱中症の発生に影響を与えるおそれがあります。

### 4 熱中症の予防

#### (1) 暑さ指数

作業場所や休憩場所の気温を把握し、新潟県（県ホームページ掲載）・環境省・気象庁が発する暑さ指数予報値に留意してください。

熱中症の予防には、作業場所にどの程度の熱中症の発生リスクがあるのかを客観的に評価することが重要です。熱中症の発生リスクを評価するには、気温のみでは不十分です。気温が30度より低くても湿度が高いと熱中症が発生しやすくなります。

熱中症の発生リスクを知るためには、気温、湿度、放射熱、作業服の状態、作業状態を考慮したWBGT（湿球黒球温度）値という評価を行う方法があります。

WBGT値は暑熱環境による熱ストレスの評価を行う暑さ指数で、次式により算出されます。

① 屋内、屋外で太陽照射のない場合（日かげ）

$$\text{WBGT値} = 0.7 \times \text{自然湿球温度} + 0.3 \times \text{黒球温度}$$

② 屋外で太陽照射のある場合（日なた）

$$\text{WBGT値} = 0.7 \times \text{自然湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$$

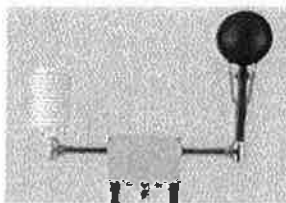
自然湿球温度：強制通風することなく、輻射（放射）熱を防ぐための球部の囲いをしない環境に置かれた濡れガーゼで覆った温度計が示す温度

黒球温度：熱輻射（赤外線）量を測定するもので、直径が150mm、平均放射率が0.95（つや消し黒色球）、球殻の肉厚ができるだけ薄い、中空黒球の中心に位置する温度計の示す温度

乾球温度：いわゆる空気の温度

#### (2) WBGT値の測定装置

いろいろなタイプのWBGT値測定装置が市販されています。温度計・湿度計に加えて、作業現場や休憩場所の条件に応じた測定装置を用いて、熱中症のリスクを監視することが有効と考えられます。



WBGT 測定器（屋外・室内）



ハンディー型 WBGT 指数計



室内 WBGT 計

### (3) WBGT値による作業レベル

現場のWBGT値が表-4の作業レベルの基準値を超えている場合は、熱中症予防対策の徹底をはかる必要があります。また、作業場所だけでなく、休憩場所のWBGT値についても監視を行い、休息環境の改善を行うことも有効です。

また、表-5に掲げる衣類を着用して作業する場合は、上記式や指数計の値に同表に掲げる補正値を加える必要があります。

表-4 WBGT熱ストレス指数による基準値表 (職場における熱中症予防対策マニュアル)

区分	身体作業強度 (代謝率レベル) の例	WBGT基準値			
		熱に順化している人 (°C)		熱に順化していない人 (°C)	
0 安静	・安静	33		32	
1 低代謝率	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽な座位</li> <li>・軽い手作業 (書く、タイピング、描く、縫う、簿記)</li> <li>・手及び腕の作業 (小さいベンチツール、点検、組み立てや軽い材料の区分け)</li> <li>・腕と足の作業 (普通の状態での乗り物の運転、足のスイッチやペダルの操作)</li> <li>・立位 ・ドリル (小さい部分) ・スライス盤 (小さい部分)</li> <li>・コイル巻き ・小さい電気子巻き ・小さい力の道具の機械</li> <li>・ちょっとした歩き (速さ3.5 km/h)</li> </ul>	30		29	
2 中程度代謝率	<ul style="list-style-type: none"> <li>・継続した頭と腕の作業 (くぎ打ち、盛土)</li> <li>・腕と脚の作業 (トラックのオフロード操縦、トラクター及び建設車両)</li> <li>・腕と胴体の作業 (空気ハンマーの作業、トラクター組立て、しっくい塗り、中くらいの重さの材料を断続的に持つ作業、草むしり、草掘り、果物や野菜を摘む)</li> <li>・軽量の荷車や手押し車を押したり引いたりする</li> <li>・3.5~5.5 km/hの速さで歩く</li> </ul>	28		26	
3 高代謝率	<ul style="list-style-type: none"> <li>・強度の腕と胴体の作業</li> <li>・重い材料を運ぶ ・シャベルを使う ・のこぎりをひく</li> <li>・大ハンマー作業 ・草刈り ・硬い木にかんなをかけたりのみで彫る</li> <li>・5.5~7.5 km/hの速さで歩く</li> <li>・重い荷物の荷車や手押し車を押したり引いたりする</li> <li>・鋳物を削る ・コンクリートブロックを積む</li> </ul>	気流を感じないとき 25	気流を感じる とき 26	気流を感じないとき 22	気流を感じる とき 23
4 極高代謝率	<ul style="list-style-type: none"> <li>・最大速度の速さでとても激しい活動</li> <li>・おのを振るう</li> <li>・激しくシャベル (スコップ) を使ったり掘ったりする</li> <li>・階段を登る、走る、7 km/hより速く歩く</li> </ul>	気流を感じないとき 23	気流を感じる とき 25	気流を感じないとき 18	気流を感じる とき 20

表-5 服装による補正值（職場における熱中症予防対策マニュアル）

	作業服（長袖シャツとズボン）	布（織物）製つなぎ服	二層の布織物）製服	SMSポリプロピレン製つなぎ服	ポリオレフィン布製つなぎ服	限定用途の蒸気不浸透性つなぎ服
WBGT値に加えるべき補正值（℃）	0	0	3	0.5	1	11

#### （4）作業環境の管理

建設現場は業態として日中、炎天下の高温多湿場所で作業することが避けられず、WBGT値（暑さ指数）の低減対策が困難な場合がありますが、出来るだけ作業環境への配慮に努めてください。

##### ア WBGT値の低減

直射日光や照り返しを受ける遮ることができる簡易な屋根や被いを設ける等、作業場所のWBGT値の低減化を図って下さい。閉鎖空間については、冷たい外気の導入や除湿が出来る設備の設置が望まれます。

屋外では散水も有効ですが、通風の悪い場所では湿度の上昇と温度管理に気をつけてください。

##### イ 休憩場所等の確保

作業場所の近隣に冷房を備えた休憩場所や、風通しの良い日陰等の涼しい休憩場所を確保しましょう。休憩場所は人が横になれる広さを確保してください。

冷水や氷、止めたいおしぼり等を定期的摂ることの出来る、冷水器、製氷機、冷蔵庫、大型のクーラーボックス等を設置して下さい。大規模工事で作業員宿舍などが近接している場合は、昼休みなどにシャワーを利用することも効果的です。

#### （5）作業管理

##### ア 作業時間の短縮等

暑さ指数予報の危険度が高い場合や現場のWBGT値（暑さ指数）がWBGT基準値を超えるおそれがある場合には、あらかじめ休憩時間をこまめに設けて連続作業時間を短縮するほか、WBGT値が最も高くなり熱中症の発症が多くなり始める午後2時から4時前後に長目の休憩時間を設ける等、作業従事者が高温多湿環境から受ける負担を軽減して下さい。

WBGT値の低減が困難な道路現道上の作業等については、さらに作業時間の短縮や気温の低い時間帯へのシフトを検討するとともに、確実な水分・塩分補給と休憩をとるようにして下さい。

##### イ 新規入場者、作業環境に大幅な変更があった作業従事者の熱への順化

熱中症指数の高い場所での作業は、熱に慣れ作業に適応しているかどうか、熱中症発生リスクに大きな影響があります。

熱中症指数の高い場所に慣れていない作業従事者の皆さんがこのような場所に従事する場合は、熱に慣れるよう、7日程度以上をかけて徐々に作業時間を増やして下さい。短期間の作業に従事する場合には、従前の作業場所がどのような作業環境であったかを考慮して作業時間を検討して下さい。

なお、4日程度作業が中断すると熱への慣れが大きく低下し、3～4週間で熱への慣れが完全に失われるとされています。

## ウ 確実な水分・塩分補給

脱水症状は自覚症状以上に進行していることがあります。また疾病や加齢で自覚症状が出ない場合もあります。このため、自覚症状があるなしにかかわらず、定期的な水分と塩分を摂取してください。水分・塩分の補給は個人ごとの表による管理が有効です。

塩分等の摂取を控えなければならない場合は、従事作業等について主治医等と相談することが必要です。

屋外での建設作業など作業環境が WBGT 基準値を超えるような作業現場では、少なくとも 0.1～0.2% の食塩水、ナトリウム 40～80mg/100ml のスポーツドリンク等を 20～30 分ごとにカップ 1～2 杯飲むことが望ましいとされています。

## エ 服装

服装は透湿性・通気性の良い服装（クールジャケット等）を着用や、通気性の良い帽子やヘルメット（クールヘルメット等）を着用するほか、後部に日避けのたれ布を取り付けて輻射熱を遮ることを考慮して下さい。

## オ 巡視

作業中は、作業従事者の健康状態に異常がないかどうかを確認するため、作業管理者（現場責任者）による巡視を行うほか、複数の作業者がいる場合には、作業従事者同士で声を掛け合う等、相互の健康状態に留意させてください。

## (6) 健康管理

### ア 健康診断結果等による配慮

疾病をお持ちの作業従事者の皆さんは、その疾病について熱中症に留意する必要があるか主治医と相談するとともに、対応が必要な場合には作業管理者（現場責任者）に申し出て、それをふまえた従事作業の短縮や変更が必要です。

#### ○ 熱中症の発症に影響を及ぼすおそれのある疾病

##### ・糖尿病

自覚症状はなくても血糖値が上がっていることが多く、十分な水分補給がないまま知らないうちに脱水症状になっている可能性があります。

##### ・高血圧症・心臓病・腎臓病

高血圧症や心疾患で治療している薬には利尿剤を含むものがあり、脱水症状に陥りやすいほか、ナトリウムも排泄されること、水分や塩分の制限がある病態もあることから、熱中症になりやすくなります。また、血管を広げる薬を内服している場合、軽度の脱水症状でも立ちくらみ等を起こしやすくなります。

慢性腎不全では水分や塩分の排泄量のコントロールが不適切になることがあります。

##### ・皮膚疾患

広範囲の皮膚疾患があると発汗がうまくいかず、体温調節に支障をきたすことがあります。

##### ・精神疾患

自律神経のコントロールがうまくいかないと体温調節に支障をきたし、自律神経に影響のある薬を内服していると発汗や体温調節が阻害されるおそれがあります。

## イ 日常の健康管理

作業従事者が睡眠不足、体調不良、前日の飲酒、朝食の未摂取、発熱、下痢等の場合、熱中症の発症に影響を与えるおそれがあります。表-6 熱中症に関する健康状態自己チェックシート（例）を参考に、作業従事者の皆さんは自分の健康状態を日々チェックしてください。

作業管理者（現場責任者）は、作業従事者に対して日常の健康管理について指導するほか、作業開始前や巡視時に、作業従事者の皆さんの体調に十分気を配り熱中症の発症に影響するような状態が顕著にみられる作業従事者については、作業場所や作業時間、内容の変更を検討してください。

### ○ 体調管理

#### ・風邪気味、下痢や嘔吐

発汗や呼吸で身体の水分が減少し脱水症状になりやすく、下痢や嘔吐で身体に必要な水分や塩分が失われてしまいます。これらの体調不良時は、体内の水分や塩分が喪失するため、脱水症状が著しくなり熱中症になりやすくなります。

#### ・前日の飲酒

前日に飲酒が多かった場合は普段より脱水症状になっているため、十分な注意が必要です。

#### ・朝食抜き

起床時には一時脱水症状になっているため、起床後に十分な水分の補給が必要です。朝食で水分や塩分を補うと汗も出やすく体温を下げる効果があり、失われた塩分を補うこととなります。夏バテで朝食を摂らない傾向がみられますが、熱中症リスクの高い作業に従事している場合は必ず朝食をとりましょう。

#### ・寝不足

身体の体温コントロール機能が低下し熱中症になりやすくなります。眠気防止のためコーヒー・紅茶・緑茶などカフェインを含む飲み物を飲むと、利尿作用で脱水症状を起こしやすくなります。

## 5 熱中症の応急処置

### (1) 熱中症の発生に備え、現場で事前に準備すべきこと

応急措置、救急措置のために、現場にはあらかじめ熱中症の発生に備えた準備が必要です。

#### ア 熱中症が起こり得る、熱中症になったかもしれないという意識

現場作業では自分や同僚が熱中症になっていないかという意識を持ち、自分や同僚の体調がおかしいと思ったときに、自発的に現場責任者に申し出ることを全員で確認することが必要です。

#### イ 熱中症の発生を考慮した緊急連絡体制の構築

緊急連絡体制においては、熱中症が発生した場合の対応を予め組み込んでおくことが必要です。

#### ウ 涼しく横になれる休憩所、身体を冷やす物品・設備の設置

熱中症が発生した場合に現場には涼しく横になれる休憩場所を設けるとともに、塩分を含んだ冷たい飲み物や保冷材などの応急用の物品をあらかじめ準備しておくことが必要です。

### (2) 作業現場での応急措置

現場における応急措置については、厚生労働省「職場における熱中症予防対策マニュアル」に下記のように記載されています。なお、応急措置で回復しても、念のため医療機関を受診しておくことが必要です。

職場における熱中症予防対策マニュアルP40、熱中症の応急処置  
作業現場図での応急措置については図-1のとおりです。

まずは意識を確認します。例えば「今日は何月何日ですか」、「今は何時頃ですか」、「あなたの名前は何ですか」、「私は誰ですか」、「ここはどこですか」などの質問にきちっとした「受け答え」が出来れば「意識は清明である」と判断できます。

一つでも明確に答えられなければ、「意識がおかしい」と判断し、重篤なⅢ度の熱中症として取り扱います。この場合にはすぐに救急隊を要請します。

意識が清明であっても、救急隊を読んだ場合でも、まずは①涼しい場所に移し、②脱衣と冷却を開始します。具体的には①と②のようにします。

① 暑い現場から涼しい日陰か冷房の効いている部屋などへ移します。

② 衣服を脱がせて、体からの熱の放散を助けます。加えて、露出させた皮膚・体に水をかけ、うちわ、扇風機などの風にあてます。氷嚢などがあれば、それを首（頸部）、脇の下（脇窩部）、足の付け根、（鼠径部）に当てます。

そこには太い血管が皮膚の表面近くを走っており、血液を冷やす、すなわち全身の冷却に効果的であるからです。寝かせた状態では下肢を持ち上げて下肢に分布する血液をより多く体の“内部”に集めます。意識清明でない時には、救急隊が到着する前から早々にこれらの方法を開始する必要があります。



意識が清明な場合で上記の①、②を行いながら、水分を自力で摂取できるかどうかを判断します。ここで、嘔気があったり、また実際に胃の内容物を吐いたりしている場合には「水分を摂取できない」と判断します。

この場合には医療機関の点滴による水分の補給を考える必要があります。ここで救急隊の要請を検討します。

嘔気、嘔吐がなく、自力で水分を摂取できるなら、水分を与えます。具体的な方法は次の③に示すとおりです。

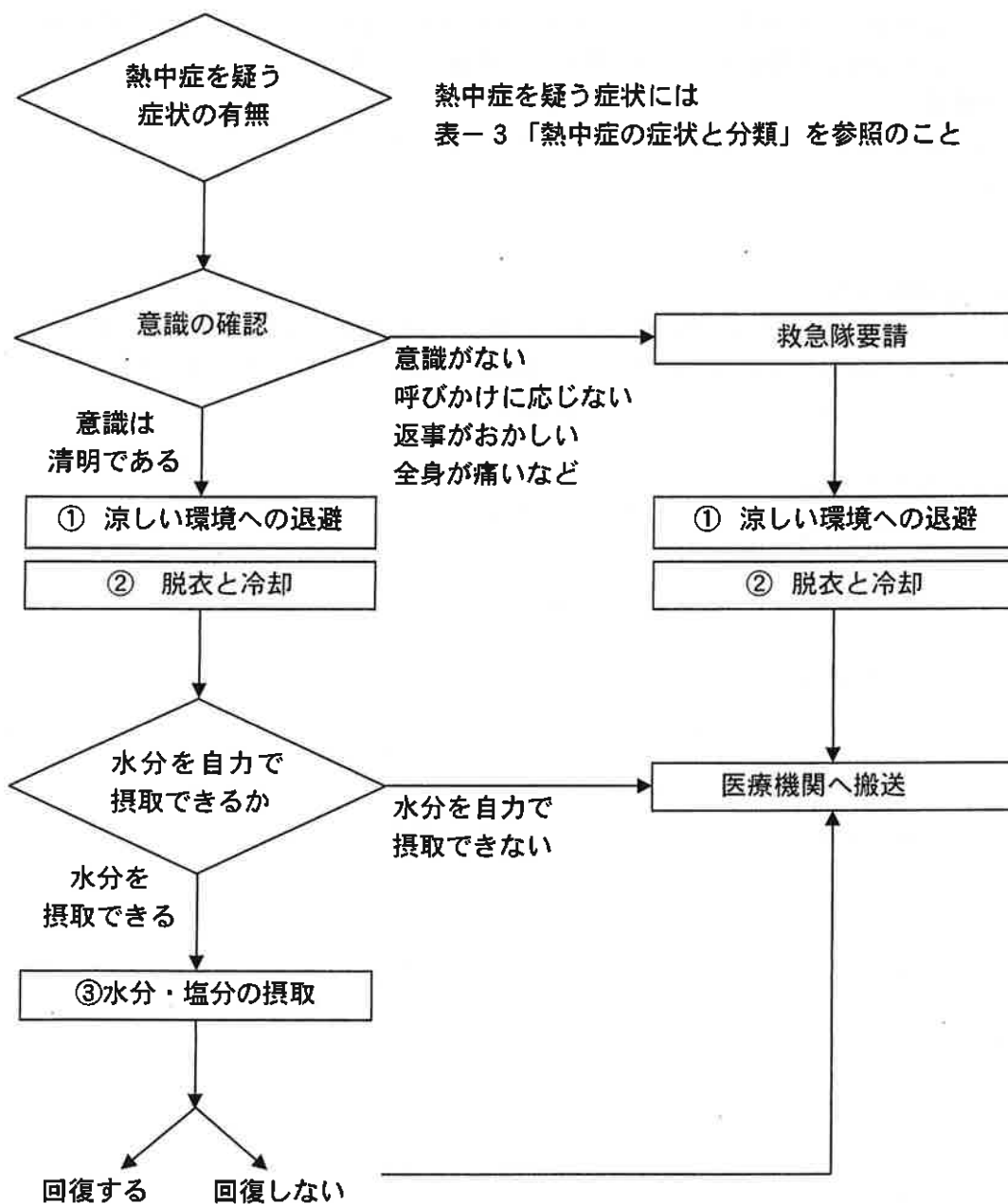
③ 冷たい麦茶やジュース、氷水などを与えます。

作業をしていた状態では水分のみならず、塩分も失われているとみなして、塩分を含んだスポーツドリンクや経口補水液を与えるのが簡便な方法ですが、500mLの水に食塩ないし市販の塩化ナトリウム錠剤（1錠0.5g）で塩水を作って与えてもかまいません。

ここでは誰かが付き添って、患者を見守ることが重要です。もし、体調が回復しない、悪化するなどがあれば、やはり医療機関に運びます。医療機関への搬送のために救急車を呼ぶことについては躊躇するに及びません。少しでもおかしい、腑に落ちない、と感じれば救急隊を要請すべきです（図-1）。また、塩分を摂取させた後に、嘔吐することもないとは言えません。そのような場合には体と顔を横に向けて、嘔吐した水分などが気道（のどから気管）に流れ込む（誤嚥する）ことがないように注意する必要があります。

なお、応急措置については表-3「熱中症の症状と分類」に留意が必要です。

図-1 熱中症の応急措置（現場での応急措置）



上記以外にも体調が悪化するなどの場合には、必要に応じて、救急隊を要請するなどにより、医療機関に搬送することが必要であること。

## 5 参考

### (1) 現場における熱中症予防対策

厚生労働省や安全衛生情報センターのホームページに「職場における熱中症予防対策マニュアル」等の情報が掲載されていますので、参照してください。

厚生労働省

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/anzeneisei02.html>

安全衛生センター

<http://www.jaish.gr.jp/information/nettyu.html>

### (2) 熱中症予防情報

新潟県では暑さ指数に基づく県内の熱中症に関する予防情報の提供を行っています。情報は、現在と明後日までの予測値です。携帯電話でも確認することができます。

<http://www2.niigata-taiki.com/heatstroke/>

### (3) 高温に関する情報

気象庁から高温注意情報・気象情報や気温予想グラフが発表されます。気象庁のホームページを参照してください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>

### (4) その他の参考情報

新潟県のホームページに熱中症による救急搬送状況を掲載しています。

<http://www.pref.niigata.lg.jp/shobo/1283112089875.html>

環境省のホームページに熱中症関係の情報が掲載されています。

[http://www.env.go.jp/chemi/heat\\_stroke/index.html](http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/index.html)