

# STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン

令和元年5月1日から9月30日まで(準備期間:4月、重点取組期間:7月) 主催:厚生労働省、労働災害防止団体等

平成30年、陸運業では **4名**の方が**熱中症**でお亡くなりになりました。平成29年:0名  
平成28年:0名

発生月	災害の概要
7月	タンクローリー(セメント)のタンク内部で発見され、死亡した。
7月	倉庫内清掃中、ふらつきが発生。帰宅したが、翌日に死亡が確認された。
8月	荷崩れした荷の復旧作業中体調が悪くなり、移動した休憩室で倒れ死亡した。
9月	体感温度の高い倉庫内で作業中体調不良を訴え、後日死亡した。



## 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、**体温調整機能がうまく働かない**ことにより、体内に熱がたまり、**筋肉痛**や**大量の発汗**、さらには**吐き気**や**倦怠感**などの症状が現れ、重症になると**意識障害**などが起こります

## 作業に関する対策

- 作業の状況などに応じて、「作業の**休止時間**・**休憩時間の確保**と、高温多湿作業場所での**連続作業時間の短縮**」、「**身体作業強度(代謝率レベル)が高い作業を避けること**」、「**作業場所の変更**」に努める。
- 熱に慣れ、その環境に適応する期間(**熱順化期間**)を計画的に設ける。
- 自覚症状の有無に関わらず、作業の前後、作業中の**定期的な水・塩分の摂取**をする。
- 熱を吸収する服装、保熱しやすい服装は避け、クールジャケットなどの、**透湿性・通気性の良い服装**を着用する。

※なお、熱中症を疑わせる兆候が表れた場合においては、速やかに、作業の中断などの必要な措置を講じる。

## 熱中症の救急処置

●熱中症を疑わせる症状が現れた場合は必要に応じて救急隊の要請等を行う。その間、**涼しい環境への避難**や**脱衣・冷却**なども必要です。次の場合は救急隊要請や医療機関への搬送が必要です。

- ・ **意識がなく**、呼びかけに**応じない**、返事が**おかしい**、**全身が痛い**などの場合
- ・ 意識があるが**水分を自力で摂取できない**場合
- ・ 意識があり、水分を自力で摂取できるが**熱中症の症状が回復しない**場合