

共栄グループ
熱中症対策

1. 熱中症対策の対象となる現場

「暑さ指数(WBGT)28 度以上又は気温 31 度以上の環境下で
連続 1 時間以上又は 1 日 4 時間を超えて実施」が見込まれる作業

2. 熱中症の症状

- ①自覚症状…めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、
頭痛、吐き気、嘔吐(おうと)、倦怠感、虚脱感、高体温等
- ②他覚症状…ふらつき、大量の汗、返事がおかしい、失神、けいれん等

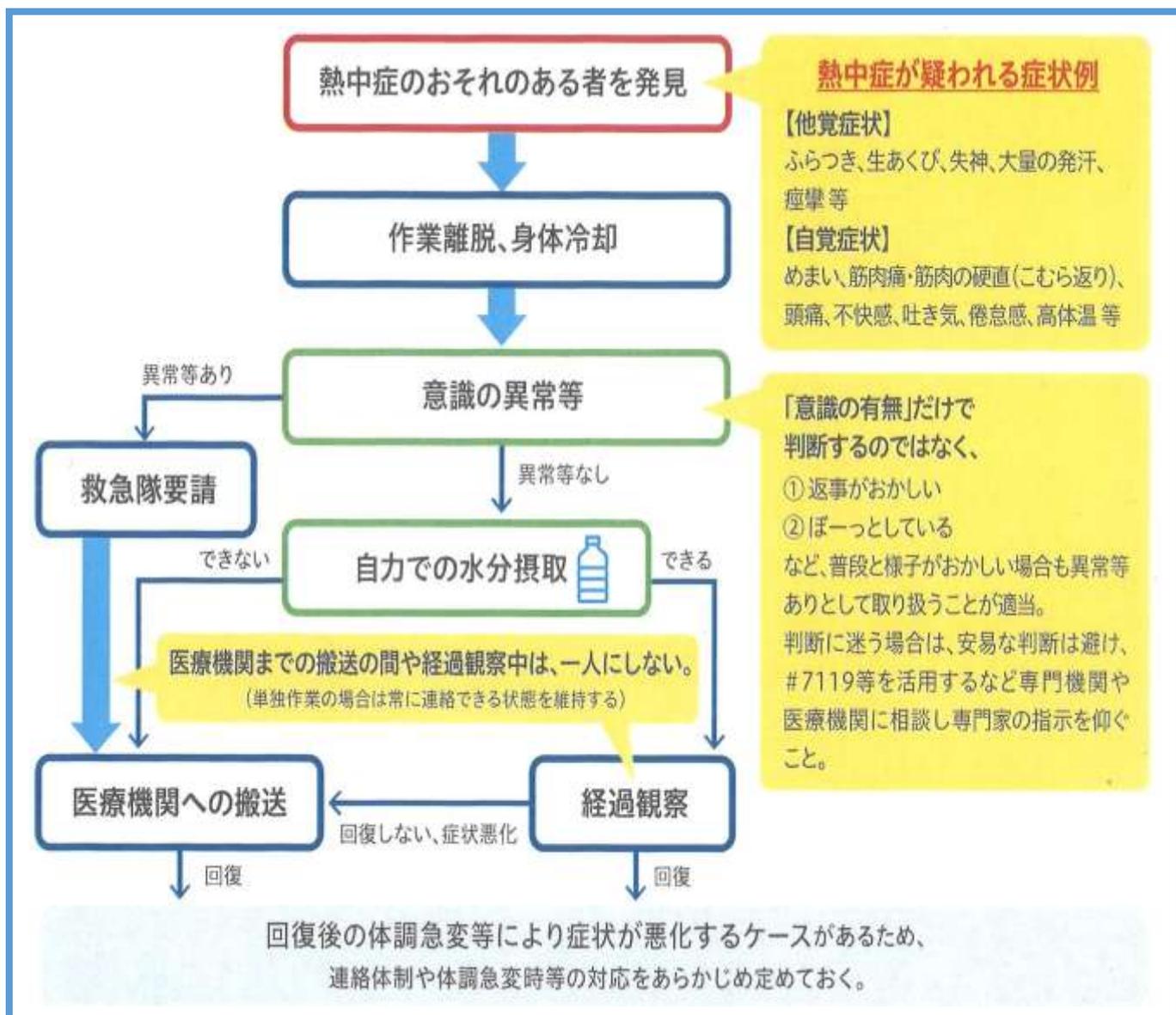
3. 熱中症発症時の対応

「熱中症の自覚症状のある者」や「熱中症のおそれがあるスタッフを見つけた者」は
直ちに本社又は現場リーダーに報告する

緊急連絡先：本社 03-3640-1300

- ① 涼しい場所へ移動…風通しのよい日陰など、涼しい場所へ
- ② からだを冷やす…衣服をゆるめ、からだを冷やす(首回り、脇の下、足のつけ根等)
- ③ 水分補給…水分、塩分、経口補水液などを補給する
- ④ 助けを求める…一人現場の者は、自覚症状を感じた時は速やか周りの居住者等に
助けを求める
- ⑤ 医療機関へ搬送…上記①～③の処置後回復しない場合は救急隊を要請する

4. 熱中症のおそれのある者に対する処置



5. 熱中症防止対策

① 体調管理

適切な食事、十分な睡眠の確保をして暑さに負けない体をつくりましょう

② 暑さから身を守る行動

- ・出勤前に気温、湿度、暑さ指数等の確認をしましょう
- ・飲み物を持参し、作業中はこまめに水分補給をしましょう
- ・水分補給を目的の小休止は一時間に5分程度を目安にしましょう