

西日本総合コンサルタント(株)

社員研修会(健康管理セミナー:熱中症対策)を開催

日時：平成30年6月20日(水)

場所：西日本総合コンサルタント(株)

当社は、社員等の健康管理等の意識高揚、夏場の熱中症等に対処するために、今回、佐賀地域産業保健センター・出前講座により下記のとおり社員研修・健康管理セミナーを開催しました。

これから暑さが本番となってくるため、社員の熱中症予防対策・処置など有意義な時間を過ごすことができました。

日時：平成30年6月20日(水) 16時

場所：西日本総合コンサルタント(株) 大会議室(2F)

参加者：当社役員、社員(43名)

研修概要

演題：熱中症を防ごう 「予防と救急所処置」

講師：佐賀地域産業保健センター

保健師・産業カウンセラー 田中 珠美 氏

概要： 高温高湿環境下で、体温調節や循環機能が障害を受けたり、水分塩分代謝の平衡が著しい失調をきたして、作業遂行が困難、又は不能に陥った状態を総称して「熱中症」と呼ばれている。



熱中症は、汗をかくなどして、身体から水分や塩分が減少し、熱が身体にこもるなどして起こる。そのため気温、湿度、風などの気象条件が関わってくる。

若年～中年・働き盛りの健康な人・運動中の人・圧倒的に男性が多い。熱中症を予防するためには、自分で気をつけること（寝不足や疲労はしていないか。食事をとったか。のどが渇く前にこまめに給水する。塩分を補給する。日射や熱を避ける工夫をする、誰もいないところでの一人作業をしない。定期的に涼しいところで休息）、指導者リーダーが気をつけること（当日の気温・湿度・風の有無をチェックして作業を調整する。不調を訴えやすい環境づくり。飲料や休憩場所の提供。声を掛けて観察する）が大切である。

熱中症に応急処置として、①暑熱環境にいた人が体調不良になったら、熱中症を疑う。②意識があるか。③自分で水が飲めるか。④症状が改善したか。これらにより、帰宅して休ませるか。回復しない場合は、状況を知っている人が付き添い医療機関へ連れて行く。



講師：田中珠美保健師



質疑「熱中症と日射病の違いは？」



（大串専務から講師への謝辞）