

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: 「職場で役立つ熱中症の予防とその対策」

日時: 令和3年5月28日(金)

場所: 西日本総合コンサルタント(株)

新型コロナウイルス感染予防のために、「新型コロナウイルス感染予防に関するガイドライン」を定め、会社・社員が一体となって予防・対策に努めているところです。

今回、社員の健康管理セミナーとして、夏場の熱中症に対処するために、佐賀産業保健総合支援センター・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「職場で役立つ熱中症の予防とその対策」について研修会を開催しました。

新型コロナウイルス感染防止はもちろん、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・処置などの話を聞くことができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。

日 時: 令和3年5月28日(金) 14時開始

場 所: 西日本総合コンサルタント(株) 大会議室(2F) 及びウェブセミナー(自席)

参加者: 当社役員、社員(約40名)

*今回は三密を避けるため、測量・調査など現場作業を担当する社員が
大会議室参加、それ以外の社員は、自分の席でウェブセミナーにより参加

研修概要

演題: 「～職場で役立つ熱中症の予防とその対策～」

講師: 佐賀産業保健総合支援センター

登録産業医/産業保健相談員 横田 直行 氏



研修内容

1. 熱中症のメカニズム熱中症

- 暑い時間帯や場所、発熱による脱水、体温の上昇

2. 熱中症の症状

I 度（以前の日射病）・・・めまい、立ちくらみ、筋肉痛、多量の汗

II 度・・・・・・・・・・・・・頭痛（がんがん）、吐く・吐き気、ひどいだるさ

III 度（以前の熱射病）・・・意識がない、けいれん、高体温、真っ直ぐ歩けない

3. 職場における熱中症の発生状況

死傷者：死亡者＋休業4日以上の業務上疾病者

2020年：959名、2019年：829名、2018年：1178名

年齢分布では、40代：33%、50代：33%

月別では、8月、7月に偏っている

時間帯別では、15時代、14時代、16時代、11時代の順となっている。

4. 熱中症の暑さ指数

気温が高い・湿度が高い＋蒸し暑い＝WBGT 値（暑さ指数）：WBGT 測定器

WBGT28℃以上が、約8割

＊作業日数別では、2日目、1日目の働き始めが要注意

5. 熱中症の予防と対策

（作業当日）

- 体調を確認

睡眠不足でないか、風邪をひいて熱がないか、二日酔いでないか、

下痢をしていないか、朝食は食べたか

（作業中）

- こまめに休息する。
- 水分と塩分を補給する（スポーツドリンク：作業現場や休息室に常備）
- 身体を冷やす
- ローテーションをくむ
- 調子が悪ければ、申し出る
- 万一の際を想定しておく（救急箱：熱中症対応セット、緊急連絡先：病院）



（大会議室：健康セミナー ウェブ配信撮影状況）



①健康セミナー（大会議室での参加）



②自分の席での参加（ウェブセミナー）

熱中症を予防するためには、5つの声掛けが大切と話された。①温度に気をくばろう、②飲み物を持ち歩こう、③休息をとろう、④栄養をとろう、⑤声を掛け合おう。

熱中症に応急処置として、

意識がある、反応が正常な時

①涼しい場所へ避難させる、②衣服を脱がせ身体を冷やす、③水分、塩分を補給する。

意識がない、反応がおかしい時

①救急隊の要請をする、②涼しい場所へ避難させる、③衣服を脱がせ、身体を冷やす、④医療機関に搬送する。



(↑ 講師への謝辞：大串 正 専務取締役)