



熱中症  
予防

# 毎月1日は『安全就業宣言の日』



## 8月安全ニュース 熱中症は予防が大切！みんなで注意しましょう！

★8月は『熱中症』の予防強化月間です！ ※熱中症とは、熱い環境下で生じる健康障害の総称です。

鹿児島市の熱中症疑いによる搬送者数 R.3 6/1～7/30日現在 約**113名**  
7/22 県内で、高齢者（86歳）の熱中症による死亡事故が発生しております。

### ★熱中症の各症状

- 熱失神：めまい、失神
  - 熱疲労：脱力感、倦怠感、頭痛吐気
  - 熱射病：意識障害、高体温など
  - 熱痙攣：痛みを伴う痙攣
- ※高体温が続くと、中枢神経や腎臓、肝臓、などの臓器に致命的な障害が  
起こり**死亡するケースも**。 ※人体の限界温度は**42℃**！

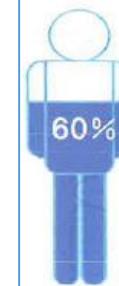
### ★皆さんたちでできること

- 定期的な水分補給と塩分補給
- 自分の判断による水分補給
- 共同作業者の顔色には目くばりを

★マスクをすると、熱中症のリスクは高まります。

マスクをすると皮膚から熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水症状になり、体温調節が取りづらくなります。ソーシャルディスタンスが確保できる場所ではマスクをはずし、熱中症予防に努めましょう。

### 体の水分が失われると



水分減少率 (体重に占める割合)	主な脱水症状
2%	のどがかわき
3%	強い渇き、ぼんやりする、食欲不振
4%	皮膚の紅潮、イライラする、 体温上昇、疲労困ぱい、 尿量の減少と濃縮
5%	頭痛、熱にうだる感じ
8～10%	身体動揺、けいれん
20%以上	無尿、死亡

体重60kgの人なら、2%は1.2L、20%は12L。

### ※事務局での取り組み※

- ・屋外作業会員向け
- 『熱中症対策グッズ』の配布
- ・安全パトロール実施中！



各班長様は各班員様への周知方よろしく申し上げます。

### 7月の事故事例 受託4件派遣1件（賠償4件・傷害1件）

- 7/1 室内清掃中、掃除機を使用した際に腕が絵画用スタンドに接触し、破損した。受託
- 7/10 草刈作業中、小石を飛散させ道路向かいの乗用車に傷をつけた。受託
- 7/16 倉庫内での軽作業中、台車につまづき転倒し、頸椎を損傷した。派遣
- 7/18 草刈作業中、エンジンのかかった草刈機を背負ったままで手刈りしていたため、  
草刈機の刃が室外機に接触し、破損した。受託
- 7/18 剪定作業中、脚立を片付ける際に、駐車車両に接触し、傷をつけた。受託