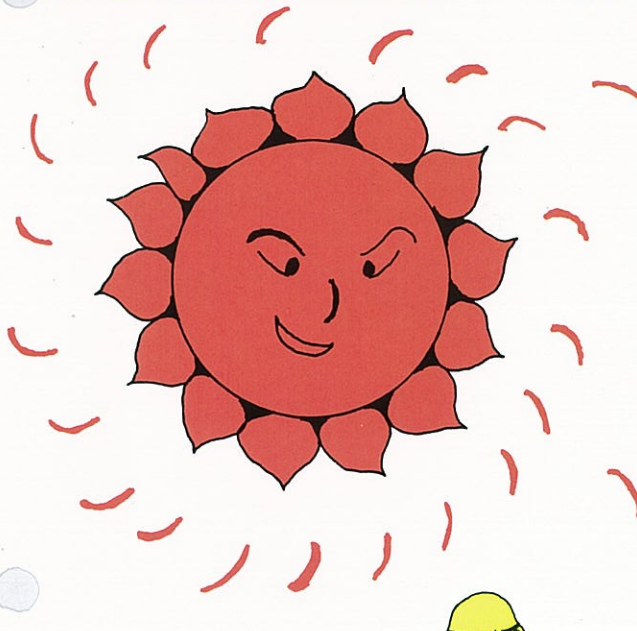


# 建設工事現場での 熱中症を 防ごう



気温の高い夏期には熱中症が集中して発生しています。特に建設業では、屋外作業が多いことから、熱中症による死亡災害が全産業の半数以上を占めています。

熱中症を防ぐためには、関係者が熱中症予防に対する十分な認識を持つことが必要です。





# ① 熱中症とは

熱中症とは、高温の環境下で体温調節や循環機能などの働きに障害が起こる病気で、症状などにより次のように分類されます。

|              |  |
|--------------|--|
| 熱射病<br>(日射病) | 熱中症の中では致命率が高く、緊急の治療を要する。突然意識障害に陥ることが多い。<br>発病前にめまい、悪心、頭痛、耳なり、イライラなどがみられ、嘔吐や下痢を伴う場合もある。<br>体温調節機構の失調、体温又は脳温の上昇を伴う中枢神経障害が原因と考えられている。 |
| 熱けいれん        | 四肢や腹部の筋肉の痛みを伴い、発作的にけいれんを起こす。<br>作業終了時の入浴中や睡眠中に起こる場合もある。<br>大量の発汗による塩分喪失に対し、塩分を補給しなかったことにより起こる。                                     |
| 熱虚脱          | 全身倦怠、脱力感、めまいがみられる。<br>意識混濁し、倒れることもある。<br>高温暴露が継続し、心拍増加が一定限度を超えた場合に起こる。   |
| 熱疲労          | 初期には、激しい口渇、尿量の減少がみられる。<br>めまい、四肢の感覚異常、歩行困難がみられ、失神することもある。<br>大量の発汗で血液が濃縮することによる心臓の負担増大や血流分布の異常により起こる。                              |






## ②熱中症を防ぐには

建設工事現場において、直射日光により高温環境となる作業場所では、熱中症を予防するため次の事項を守ってください。

### (1)作業環境の面から

- ・日除けや通風をよくするための設備を設置し、作業中は適宜散水する。
- ・スポーツドリンクを置くなど水分、塩分の補給が容易にできるようにする。
- ・身体を適度に冷すことのできる氷、冷たいおしぼりなどの物品及びシャワーなどの設備を備え付ける。
- ・作業中の温湿度の変化がわかるように、 温度計、湿度計等を設置する。
- ・日陰や冷房室など涼しい休憩場所を確保する。

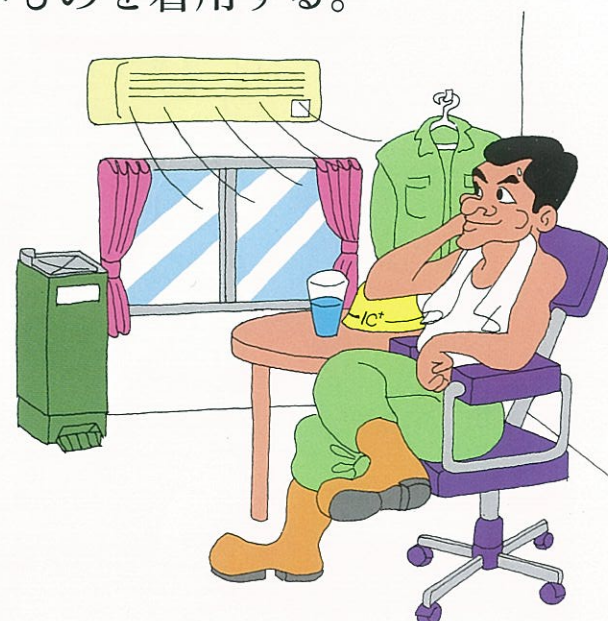


### (2)作業の面から

- ・十分な休憩時間や作業休止時間を確保する。
- ・作業服は吸湿性、通気性の良いものを着用する。

### (3)健康の面から

- ・健康診断結果などにより、適切な健康管理と適正配置を行う。
- ・作業開始前はもちろん、作業中も巡視などにより作業者の健康状態を確認する。
- ・安全施工サイクル活動等で熱中症の予防について話し合う。





# ③ 救急措置

熱中症が発生したときにそなえ、あらかじめ作成した緊急連絡網を関係者に知らせておいてください。また、工事現場の近くの病院や診療所の所在地や、連絡先を確認しておいてください。

熱中症は、早期の措置が大切です。少しでも異常が見られたら下記の手当を行ってください。回復しない場合及び症状が重い場合などは、医師の手当を受けてください。

**緊急時連絡表**

発注者  
\_\_\_\_\_

|       |       |        |
|-------|-------|--------|
| _____ | _____ | 労務室    |
| _____ | _____ | 警署 110 |
| _____ | _____ | 消防 119 |
| _____ | _____ | 調子所    |
| _____ | _____ | 本支店    |

| 氏名 | 電話 | 氏名 | 電話 |
|----|----|----|----|
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |
|    |    |    |    |

TEL \_\_\_\_\_

**手当の方法**

- 涼しいところで安静にする。
- 水やスポーツドリンクなどをとらせる。
- 体温が高いときは、裸体に近い状態にし、冷水をかけながら扇風機の風をあてる。氷でマッサージするなど体温の低下をはかる。



建設業労働災害防止協会  
 東京都港区芝5-35-1 産業安全会館7階  
 電話 03-3453-8201  
 FAX 03-3456-2458