

職場における熱中症対策

熱中症とは

高温多湿な環境下において、体内の水分や塩分（ナトリウム等）バランスが崩れたり、体温の調整機能が破綻するなどして発症する障害の総称のこと

事業者が講ずべき措置等

対象となる作業

- 湿球黒球温度（WBGT）が28℃以上又は気温が31℃以上の環境下で、連続1時間以上又は1日4時間を超えて実施することが見込まれる作業
 - ・必ずしも事業場内外の特定の作業場のみを指すものではなく、出張先で作業を行う場合、移動等して複数の場所で作業を行う場合や、作業場所から作業場所への移動時等も含む。
 - ・非常作業、臨時の作業等であっても、この条件を満たすことが見込まれる場合は対象となる。

■WBGT 基準値（暑さ指数）

区分	身体作業強度（代謝率レベル）の例	WBGT 基準値（℃）	
		暑熱順化者	暑熱非順化者
0 安静	・安静、楽な座位	33	32
1 低代謝率	・軽い手作業（書く、タイピング等） ・手及び腕の作業 ・腕及び脚の作業 等	30	29
2 中程度代謝率	・継続的な手及び腕の作業（釘打ち、盛土） ・腕及び脚の作業 ・腕と胴体の作業 等	28	26
3 高代謝率	・強度の腕及び胴体の作業 ・ショベル作業、ハンマー作業 ・重量物の荷車及び手押し車を押したり引いたりする 等	26	23
4 極高代謝率	・最大速度の速さでのとても激しい活動 ・激しくシャベルを使ったり掘ったりする等	25	20

- ・作業場所における暑さ指数が、基準値を超えるおそれがある場合には、熱中症になる可能性が高くなる。

現場における対応

- 基本的な考え方
 - ①熱中症の疑いのある作業者を早期発見する
 - ②救急隊要請、医療機関への搬送などを判断する
 - ③作業離脱、身体冷却などの対応をする
- 報告体制の整備
「熱中症の自覚症状がある作業者本人」や「熱中症のおそれがある作業者を見つけた者」が、その旨を報告するための体制（連絡先、連絡方法など）を整備する。
 - ・報告を受けるだけではなく、職場巡回やバディ制度の採用などにより、熱中症の疑いのある作業者を積極的に把握するように努める。
- 措置の内容及び実施手順の作成
熱中症のおそれがある者を把握した場合に迅速かつ的確な判断が可能となるよう、次のような措置の内容及びその内容の実施手順を作成する。
 - ・事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
 - ・作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置
- 関係者への周知
「報告体制」「措置の内容及び実施手順」について、関係者（熱中症を生ずるおそれがある作業に従事する者等）に周知する。
 - ・周知方法の例としては、「朝礼やミーティングでの周知」「会議室や休憩所等わかりやすい場所への掲示」「メールやイントラネットでの通知」がある。

熱中症のおそれがあると疑われる症状例

他覚症状	ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等
自覚症状	めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）、頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温等

- ・このほか、「返事がおかしい」「ぼーっとしている」など、普段と様子がおかしい場合は、「熱中症のおそれがあり」として取り扱うことが適当