

“いつもと違う”と思ったら、**熱中症**を疑え

あれっ、
何かおかしい

手足がつる

立ちくらみ・めまい

吐き気

汗のかき方がおかしい

汗が止まらない／汗がでない



これも
初期症状

何となく
体調が悪い

すぐに
疲れる

あの人、
ちょっとヘン

イライラしている

フラフラしている

呼びかけに反応しない

ボーッとしている

すぐに周囲の人や現場管理者に申し出る

【熱中症は命にかかわる症状です！必ず確認してください！】

作業前に必ず確認

☐ よく眠れましたか？

☐ 朝食はとれていますか？

☐ 体調はいつもと同じですか？

作業中に必ず実施

☐ 20分ごとに水分補給

☐ あれっ？！を見逃さず周囲に知らせる

☐ 自身及び仲間体調変化が見られたら、
迷わず作業を中止し応急処置を行
い、事務局へ連絡

暑さ
指数 **WBGT 値もチェックして
熱中症予防！**

気 温 35℃以上
WBGT 31℃以上 **危険**

気 温 31~35℃
WBGT 28~31℃ **厳重
警戒**

気 温 28~31℃
WBGT 25~28℃ **警戒**

気 温 24~28℃
WBGT 21~25℃ **注意**

気 温 24℃
WBGT 21℃未満 **安全**

環境省アラート情報 ▶▶▶

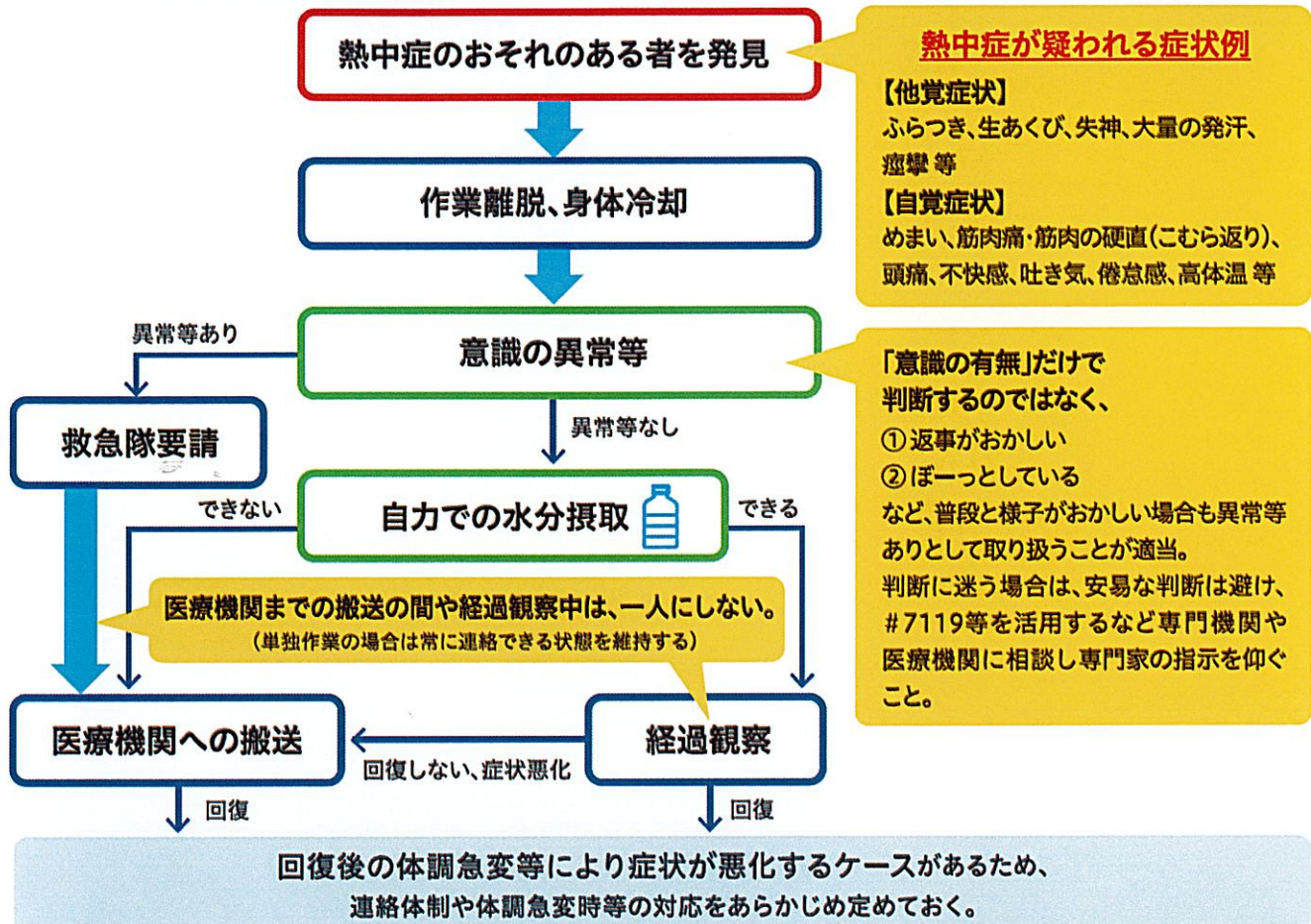


(公社) 牛久市シルバー人材センター事務局 029-871-1468

職場における熱中症対策の強化について

熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ①

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。



熱中症のおそれのある者に対する処置の例 フロー図 ②

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。

