

# 【熱中症対策マニュアル】

2025年6月1日

## 1. 热中症とは

热中症は、高温・多湿な環境で体温調節がうまくできなくなり、体に異常が生じる症状です。重症化すると命に関わるため、適切な予防と対応が必要です。

## 2. 予防対策

### (1) 環境管理

- 実際に作業する従業員の声を聞き、暑さや湿度を感じやすい場所を把握
- 30°Cを超えたらこまめに水分補給や休憩を促す
- できる限り適切な換気と空調設備の使用
- 遮熱対策(カーテン、シェードの設置など)

### (2) 従業員の健康管理

- こまめな水分補給(塩分補給も含む)
- 体調不良時の報告義務
- 暑熱順化(徐々に暑さに慣れるためのトレーニング)

### (3) 休憩と作業管理

- 定期的な休憩の確保
- 適切な服装(通気性の良い衣類、帽子の着用)

## 3. 热中症の症状と対応

### (1) 初期症状

- めまい、立ちくらみ
- 大量の発汗
- 筋肉のけいれん

## (2) 重症化の兆候

- 頭痛、吐き気
- 意識障害
- 高体温(40°C以上)

## (3) 応急処置

- 涼しい場所へ移動
- 衣服を緩め、体を冷やす(氷や冷たいタオルを使用)
- 水分・塩分補給
- 意識がない場合は救急車を呼ぶ

## 4. 社内の対応フロー

1. 異常を感じたら → すぐに上司または安全管理担当者(MGR)へ報告
2. 応急処置を実施 → 状況に応じて医療機関へ連絡
3. 再発防止策の検討 → 作業環境の改善、教育の強化

このマニュアルを社内で活用し、従業員の健康と安全を守りましょう。

株式会社リップスカンパニー