

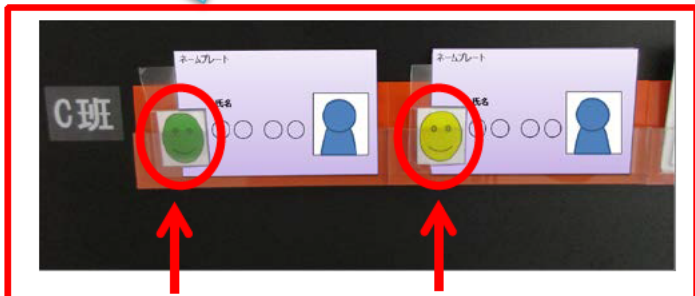
今までは熱中症対策として暑熱職場の風通しを良くしたりエアコンを設置するなどして職場環境の改善を進めてきたが、7~9月の時期にはWBGT値が「危険」領域に入ることもしばしばあった。

そこで熱中症発生予防対策として「**ヒトの管理**」を開始しました。

対策① 体調管理ボード

朝出勤時、ネームプレートを裏返して出勤状況が確認できるボードを設置していたが、そこに「体調意思表示ラベル」を追加した。

※「睡眠不足」「暴飲暴食」「下痢などによる脱水症状」など、熱中症発生要因となる項目の有無によって自分の体調を表示できるラベルを作成した。



出勤時に「健康状態判定基準」に従い自分の体調の意思表示をする。

「健康状態判定基準」

健康状態			
レベル	表情	状態	対策・処置
安心	青信号	・規則正しい生活	4S実践 ・食事/睡眠/水分/塩分補給 ・自覚症状の有無にかかわらず、こまめに水分補給
やや不調	青信号・黄信号	・「黄信号」ほどの状態ではないが、やや体調が悪い	水瓶補給を確実に! ・すでに身体は脱水状態 ・喉の渇きを感じたら脱水状態
危険	黄信号	・睡眠不足 ・二日酔い ・下痢 ・シラシラ飲み過ぎ (食欲低下、水分吸収を抑制)	
熱中症(熱虚脱) (熱けいれん)	赤信号	・体調が悪く、なんとか出勤した	即一時作業中止! ・水分/塩分を補給する ⇒ 自力で飲めない場合は病院へ ・症状の進行に注意 ⇒ 観察者をつける ・けいれんがひどくなったり、意識が低下したら救急車を要請

兆候(おかし)がてたら作業をやめる勇気。二次災害と熱中症予防につながります。

レベル	状態
安心	体調不良ナシ
やや不調	やや体調が悪い
危険	・睡眠不足 ・二日酔い ・下痢
熱中症レベル	・体調が悪いが、なんとか出勤した

職長はこのボードを見ることで、班員の体調が一目で判断でき、暑熱職場の技能員への気配りの要否が判断できる。

対策② 水分・塩分補給状況管理票

1時間毎に「WBGT値」「水分・塩分補給」「健康状態」を各自で記入してもらう事で、熱中症発生リスクが一目瞭然となる。



個人別体調管理チェックシート											1時間毎記入
日付	班/ユニット		氏名								職長
/ /											
※健康状態に増減と印刷記入											
作業エリア	作業前	1時間後	2時間後	3時間後	4時間後	5時間後	6時間後	7時間後	作業後		
WBGT	注 警	注 警	注 警	注 警	注 警	注 警	注 警	注 警	注 警		
水分補給	水	水	水	水	水	水	水	水	水		
健康状態	良好	良好	良好	良好	良好	良好	良好	良好	良好		
	やや不調	不調	やや不調	不調	やや不調	不調	やや不調	不調	やや不調		
■WBGT: 「注」…注意 (24℃~25℃), 「警」…警戒 (25℃~28℃), 「厳」…厳重注意 (28℃~31℃), 「危」…危険 (31℃~) ■水分補給: 1時間に1回の水分補給を心がけて下さい。熱中症と梅は摂り過ぎに注意すること。(熱中症は2割/日、梅は1割/日) ■健康状態: 作業中の少しの体調変化も良極しない。早目に周囲や上位職へ発信する											
-水分補給の目安-											
	WBGT値	作業員同席		作業員同中		作業員同大					
	危険	31℃以上	連続作業時間 60分	水分塩分補給回数 1回以上	連続作業時間 30分	水分塩分補給量 100~200ml	連続作業時間 15分	水分塩分補給回数 1回以上			
	厳重警戒	28℃以上15℃未満	90分	1回以上	60分	//	30分	1回以上			

職長は巡回時この管理票を確認し、もし水分・塩分補給をしていない場合は補給を指示して熱中症発生を防止する。⇒ この対策を開始した2017年以降、熱中症の発生件数は疑いを含め0件を維持。