

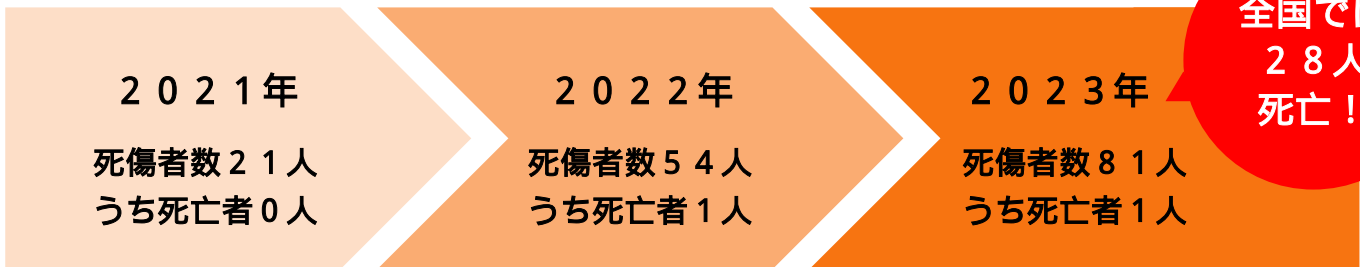


STOP! 熱中症

クールワークキャンペーン

職場における熱中症死亡ゼロを目指して
実施期間：5月～9月（準備期間：4月、重点取組期間：7月）

神奈川県内では熱中症による労働災害が2年連続増加！
死亡災害は2年連続して発生！



全国では
28人
死亡！

上記数値は休業4日以上の労働者死傷病報告で把握したものです

今年も猛暑？

記録的な暑さの可能性も
熱中症対策を万全に！



前日のチェック

- 仕事前の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番！



熱中症予防のための労働衛生教育を確実にを行い、
水分及び塩分補給に関する正しい知識を確認しましょう！

水分補給も大切な仕事です！

熱中症を予防するため
作業前後の摂取および作業中の定期的な摂取の徹底を！

またプレクーリング「作業開始前」にあらかじめ「深部体温」を下げるため
冷水やアイススラリー（流動性のある氷状飲料）を摂取し、体内から冷やす
ことも効果的です。



注意！

糖尿病、高血圧、心疾患、腎臓病などの持病が
ある方は、熱中症にかかりやすい傾向があります。

暑さ指数（WBGT）の活用



WBGT 指数計を用いた
作業環境管理が大事！

暑さに慣らそう

熱くなる前から余裕をもって始めよう！



暑さになれる

早く汗が出る

体温上昇 STOP

熱中症予防には暑熱順化が大事！

仕事前に食事をとろう！



「1日3食」しっかり食べよう！
朝ごはん大事！

お風呂に入って しっかり寝よう！

湯船につかってリラックス



夜はしっかり寝ること！
睡眠大事！