

職場の熱中症予防のためのチェックシート

 あなたの職場の対策は万全か、点検してみましょう！

☐ ①暑さ指数(WBGT)を把握していますか		WBGT基準値を大幅に超える場所で作業を行わせる場合は、単独作業を控え、休憩時間を長めに設定しましょう。
☐ ②休憩場所は整備していますか		涼しい休憩場所を設け、身体を適度に冷やすことのできる物や設備(氷、おしぼり、シャワー等)なども備えましょう。
☐ ③緊急時に搬送を行う病院を把握していますか		近隣の病院、診療所の情報を把握した上で、救急処置の手順を関係者に周知しましょう。
☐ ④熱に慣れ、環境に適応するため、暑熱順化の期間を設けていますか		暑さに慣れていない場合は、7日以上かけて日常生活の中で無理のない範囲で汗をかくような運動や入浴をしましょう。
☐ ⑤自覚症状の有無にかかわらず、労働者に水分・塩分を摂取させていますか		水分や塩分の摂取を確認する表を作るなどして摂取状況を確認し、徹底を図りましょう。
☐ ⑥労働者に、透湿性・通気性のよい服や帽子を着用させていますか		クールジャケット、日よけ用の帽子、冷却グッズなどを活用しましょう。
☐ ⑦糖尿病などの疾病や睡眠不足、体調不良など労働者の健康状態に配慮していますか		朝礼などの際に、労働者の体調を確認し、熱中症の発症リスクが高い場合は必要に応じて作業の配置換え等を行いましょう。また、作業中も健康状態に留意しましょう。
☐ ⑧熱中症を予防するための労働衛生教育を行っていますか		作業管理者や労働者に対し、熱中症の症状や予防方法、緊急時の救急処置等について教育を行いましょう。
☐ ⑨身体を冷却できるアイススラリー(流動性の氷状飲料)などを準備していますか		体温上昇を抑えるため、アイススラリーなどを作業開始前や休憩時間中に摂取してプレクーリングを行いましょう。