

いってきまーすの、その前に！ プラス

カラダの点検、万全ですか？ 事業用自動車における、健康に起因する事故件数は増加傾向にあります。安全確保に向けて、ドライバー自身が健康管理に努めることはもちろん、事業者も健康に配慮した職場環境づくりが不可欠です。今回は体が暑さに慣れていない今の時季に注意したい「熱中症」がテーマです。

こんなとき

気温、湿度が高い日の作業中に
 ・めまい、立ちくらみ、大量の発汗
 ・頭痛や嘔吐

もしかすると・・・

熱中症の恐れ

そのままにしておくと・・・

意識障害を起こす。
 倒れた場合、頭を強打する
 危険がある

ここが、防止のポイント！

●「暑熱順化」期間を設けましょう

暑熱順化（熱に慣れ作業に適応すること）の有無は、熱中症の発生リスクに大きく影響します。まだ体が暑さに慣れていない今の時季、計画的に暑熱順化期間を設けましょう。

例えば、暑熱順化していない状態から、7日以上かけて熱に暴露する時間を次第に長くするなど。



もし熱中症が疑われた場合は適切な処置を！

周りの人が熱中症になってしまったら…。状況を確認し、落ち着いて対処しましょう。

熱中症の応急処置

