



クリニックレポート

今月の話題：職場の熱中症



働く現場では、様々な職種の作業者がいます。暑いからと軽装での作業ができず、長時間炎天下での作業もあります。今回は、職場における熱中症をご紹介します。厚生労働省では、5月～9月まで「**STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン**」を実施しています。

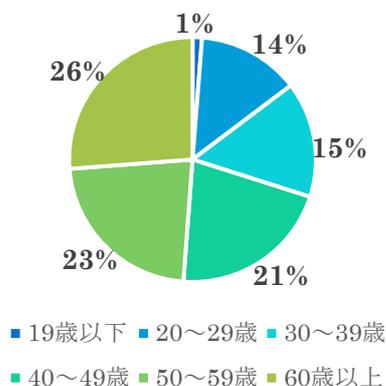
熱中症による死傷者数の業種別の状況（人）表1

	2022年	
	死傷者	(死亡者)
建設業	172	(13)
製造業	144	(2)
運送業	126	(1)
警備業	90	(6)
商業	79	(1)
清掃と畜業	56	(2)
農業	20	(2)
林業	6	(0)
その他	112	(1)
計	805	(28)

「熱中症」とは、高温多湿な環境下において、体内の水分と塩分のバランスが崩れる、体内の調整機能が破綻して起こります。

症状として、めまい・失神・筋肉の硬直・頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感や痙攣などが現れます。

2022年 熱中症による死傷者数の年齢別発生状況 図1



職場における熱中症の死傷災害の発生状況は、死傷者 805 人、うち死亡者は 28 人。死傷者数は全体の 4 割が建設業と製造業で、死亡者は建設業、警備業が多い。

年齢別発生状況は、高齢者に限らず、どの年代にも満遍なく発生していることがわかります。熱中症による死亡災害の報告事例では、**暑さ指数 (WBGT)** を把握せず、発症時の措置が適切にできていないことがわかりました。

※職場での熱中症による死亡者及び休業 4 日以上の上業務上疾病者の数を「死傷者」という。()内の数値は死亡者数であり、死傷者数の内訳です。

暑さ指数 (WBGT) とは・・・熱中症を予防することを目的とした指標。

人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・輻射などの周辺の熱環境、③気温の 3 つを取り入れた指標です。

<職場環境の予防対策>

- ① 暑さ指数 (WBGT) を下げることが重要。
作業場所が日陰で風通しの良い環境となるように、簡易な屋根の設置など工夫する。
- ② 作業時間や休憩時間の設定をして、暑くなる時期は多めに休憩をいれる。
- ③ 現場の判断で、個別に休憩できるよう配慮する。
- ④ 休憩場所は、体を適度に冷やせるように氷や水の入ったバケツ等の準備や冷房環境を整える。
- ⑤ ファン付き作業服やスポーツ飲料等の熱中症予防対策用品を準備する。
- ⑥ 熱中症疑いが現れた時に対応できるよう、救急処置を訓練しておく。

<自分でできる予防対策>

- ① 急に暑くなる前に、軽い運動やサウナ等で汗をかく習慣をつけ、準備しておく。
- ② 暑熱 (しょねつ) な作業予定がある前日は、しっかりと睡眠をとり、利尿作用のあるアルコールは控える。
- ③ 出勤前は食事をきちんと食べる。
- ④ 作業中は無理をせず、体調を正直に申告する。

参考：安全衛生のひろば、2023 4月安全と衛生 他