



労働者の熱中症予防対策

建設業や製造業、林業等の屋外作業のある業種では、仕事中に熱中症にかかるリスクが特に高まります。水分補給等も重要ですが、持病のある労働者は熱中症のリスクが高く、特別な配慮が必要となるためご紹介いたします。管理監督者には部下の健康や安全に配慮する義務があるため、本人だけではなく、**管理監督者も以下を把握しておくことが重要となります。**

■ 持病別の熱中症リスクと対策



① 糖尿病

高血糖により脱水リスクが高く、水分補給が重要。また、利尿剤使用で塩分不足にも注意が必要。



② 高血圧症

降圧剤使用で塩分制限があり、定期的な塩分補給が必要。小まめな水分補給が必要。



③ 心疾患

降圧剤使用で体温調整機能が低下するリスクがある。体調管理を密に行い、無理な作業は避ける。



④ 慢性腎不全

水分・塩分バランスの管理が難しく、電解質異常も起こりやすい。定期検査と主治医との連携が重要。

体調不良や不摂生が及ぼすリスク

持病だけではなく、**体調不良も熱中症にかかりやすくなります。** 体調をしっかり整えた上で作業に入るようにしましょう！



風邪・発熱



飲酒・二日酔い



下痢・嘔吐



寝不足



朝食の未摂取

持病のある従業員の予防対策POINT

① 定期健康診断の活用

持病の有無や症状を確認し、対策を立てる。注意点等が分からなければ産業医や保健師に相談することも有効です。

② 健康状態の確認

朝礼や休憩時に体調をチェックし、異変があれば早期に対応する。

③ 適切な水分・塩分補給

こまめな水分補給と適量の塩分摂取を心掛ける。

休憩は**30分**に1回を目安にとりましょう！

