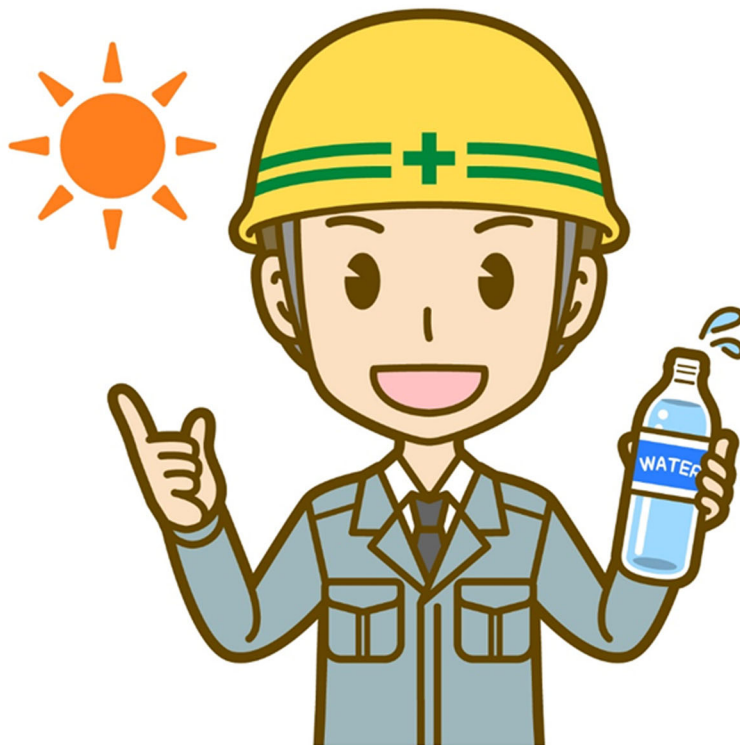


# 熱中症対策マニュアル



QT-04		2版
作成・レビュー日 2026年 5月 13日		
承認	確認	作成
社長 	管理責任者 	担当者 
8.5.13	R8.5.13	R8.5.13

## 1. 熱中症対策の対象となる現場

「**WBGT28度以上**又は**気温31度以上**の環境下で  
**連続1時間以上**又は**1日4時間**を超えて実施」が見込まれる作業

## 2. 熱中症予防対策

### 1 作業環境管理

#### (1) WBGT値の低減等

屋外の高温多湿作業場所においては直射日光並びに周囲の壁面及び地面からの照り返しを遮ることができる簡易的な屋根等を設けること。

#### (2) 休憩場所の整備等

高温多湿作業場所の近隣に冷房を備えた休憩場所又は日陰等の涼しい休憩場所を設けること。

### 3 健康管理

#### (1) 健康診断結果に基づく対応等

#### (2) 日常の健康管理等

睡眠不足、体調不良、前日等の飲酒、朝食の未摂取等が熱中症の発症に影響を与えるおそれがあることに留意の上、日常の健康管理について指導を行うとともに、必要に応じ健康相談を行うこと。

#### (3) 労働者の健康状態の確認

#### (4) 身体の状態の確認

### 2 作業管理

#### (1) 作業時間の短縮・調整等

#### (2) 暑熱順化

高温多湿作業場所において労働者を作業に従事させる場合には、暑さに慣れることが、熱中症の発症リスクに大きく影響することを踏まえ、計画的に暑熱順化期間を設けることが望ましい。

#### (3) 水分及び塩分の摂取

自覚症状の有無にかかわらず、水分及び塩分の作業前後の摂取及び作業中の定期的な摂取と指導すること。

#### (4) 服装等

熱を吸収し、又は保熱しやすい服装は避け、透湿性及び通気性の良い服装を着用させること。

#### (5) 作業中の巡視

巡視記録の作成 ※ 別紙1

### 4 労働衛生教育

#### (1) 熱中症の症状

#### (2) 熱中症の予防方法

#### (3) 緊急時の救急処置

#### (4) 熱中症の事例

#### (5) 労働安全衛生大会の実施

※ 別紙2・別紙3は現場で作成し、見やすい場所に掲示すること

### 3. 早期発見のための体制

**「熱中症の自覚症状がある作業員」や  
「熱中症のおそれがある作業員を見つけた者」は  
直ちに周囲の人や現場責任者に報告する。**

①自覚症状…めまい、筋肉痛・筋肉の硬直（こむら返り）  
頭痛、不快感、吐き気、倦怠感、高体温 等

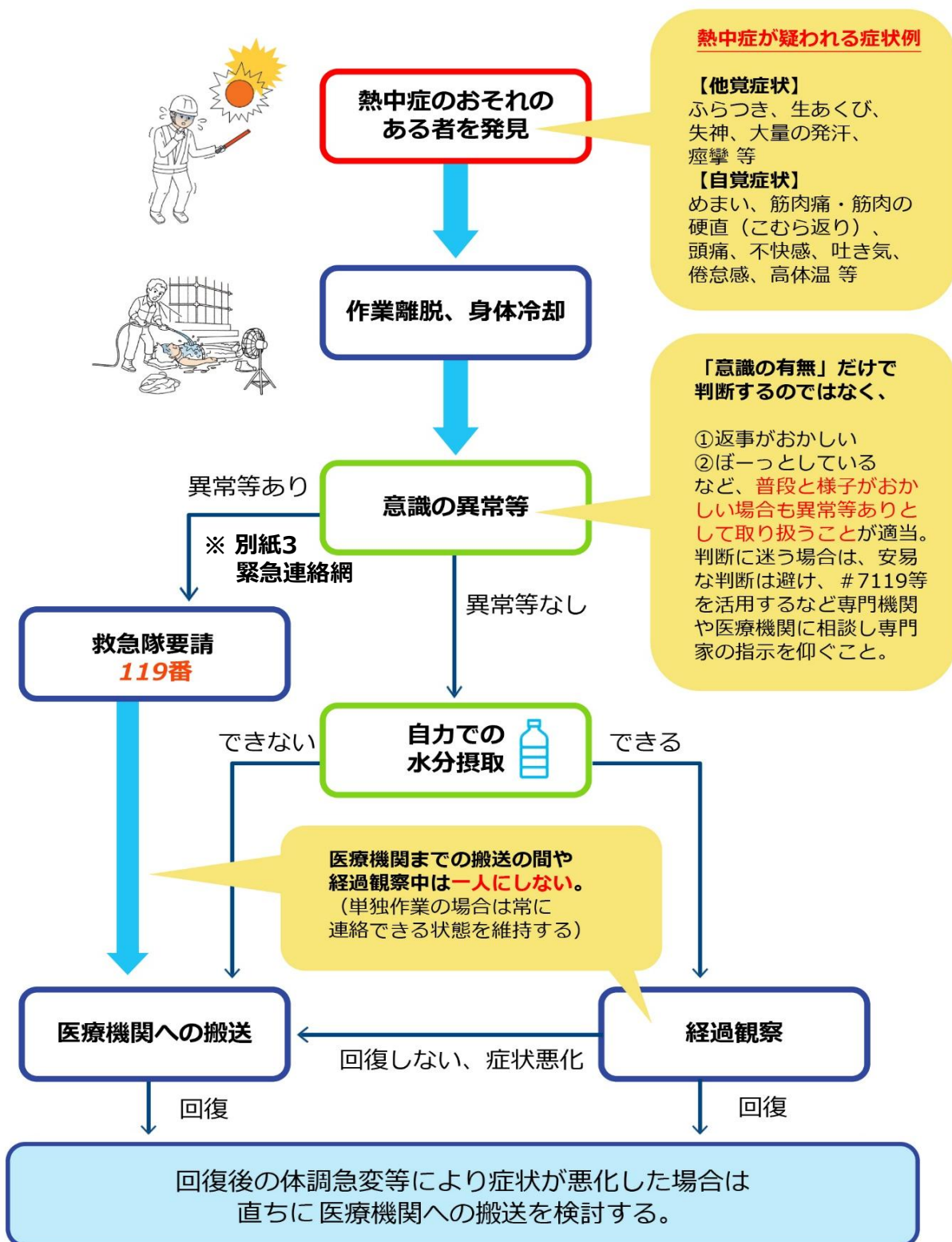
②他覚症状…ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣 等

**※ 直ちに作業中止**

重症度	症状	手当
I 度	<ul style="list-style-type: none"> <li>●顔面蒼白</li> <li>●脱水</li> <li>●吐き気</li> <li>●めまい、立ちくらみ</li> <li>●急性の筋肉痛、こむら返り</li> </ul>	<p><b>119番▶応急手当</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●冷所で安静</li> <li>●身体を冷やす</li> <li>●水分と塩分の補給</li> <li>●見守り</li> </ul>
II 度	<ul style="list-style-type: none"> <li>●口の渇き</li> <li>●めまい</li> <li>●頭痛</li> <li>●イライラする</li> <li>●倦怠感</li> </ul>	<p><b>医療機関での 診療が必要</b></p>
III 度	<ul style="list-style-type: none"> <li>●けいれん発作</li> <li>●身体が熱い</li> <li>●意識障害</li> </ul>	<p><b>積極的に身体を冷やす (アクティブクーリング)</b></p>
IV 度	<ul style="list-style-type: none"> <li>●意思疎通ができない</li> <li>●深部体温が40度以上</li> </ul>	<p><b>入院治療が必要</b></p>

## 4. 重篤化を防止するための手順

### 熱中症のおそれのある者に対する処置【フロー図】



## 5. 関係者への周知

### (1) マニュアルを現場ごとに配布又は掲示

部署（本社、作業所等）ごとに緊急連絡網、搬送先を含む。

### (2) メールやラインワークス等での注意喚起

## 現場での注意点

常磐建設株式会社

作業所

① 前日のチェック	<input type="checkbox"/> 仕事前日の飲酒は控えめに
	<input type="checkbox"/> ぐっすり眠る
	<input type="checkbox"/> 熱中症警戒アラートの確認
② 仕事前のチェック	<input type="checkbox"/> よく眠れたか
	<input type="checkbox"/> 食事をしたか
	<input type="checkbox"/> 体調は良いか
	<input type="checkbox"/> 二日酔いしていないか
	<input type="checkbox"/> 熱中症警戒アラートの確認
③ 工作中的チェック	<input type="checkbox"/> 単独作業を避け、声をかけ合う
	<input type="checkbox"/> 監督者は現場パトロール
	<input type="checkbox"/> 水分・塩分の補給
	<input type="checkbox"/> こまめに休憩

※ 朝礼・現場巡礼・昼礼にてチェック

### 1 作業環境管理

- (1)
- (2)

### 2 作業管理

- (1)
- (2)
- (3)
- (4)
- (5)

### 3 健康管理

- (1)
- (2)
- (3)
- (4)

### 4 労働衛生教育

- (1) 熱中症の症状
- (2) 熱中症の予防方法
- (3) 緊急時の救急処置
- (4) 熱中症の事例
- (5) 労働安全衛生大会の実施

重篤化を防止するための手順

常磐建設株式会社

作業所

(1) 緊急連絡網

社 長	佐々木 孝夫	(090-2725-6381)
安全衛生管理者	坂本 親宣	(080-2006-2299)
工 事 長		(

(2) 緊急搬送先

病 院	TEL	病院
-----	-----	----

★ 緊急性が高いと判断した時は迷わず救急車を！

救急車を呼ぶときは

 119番



