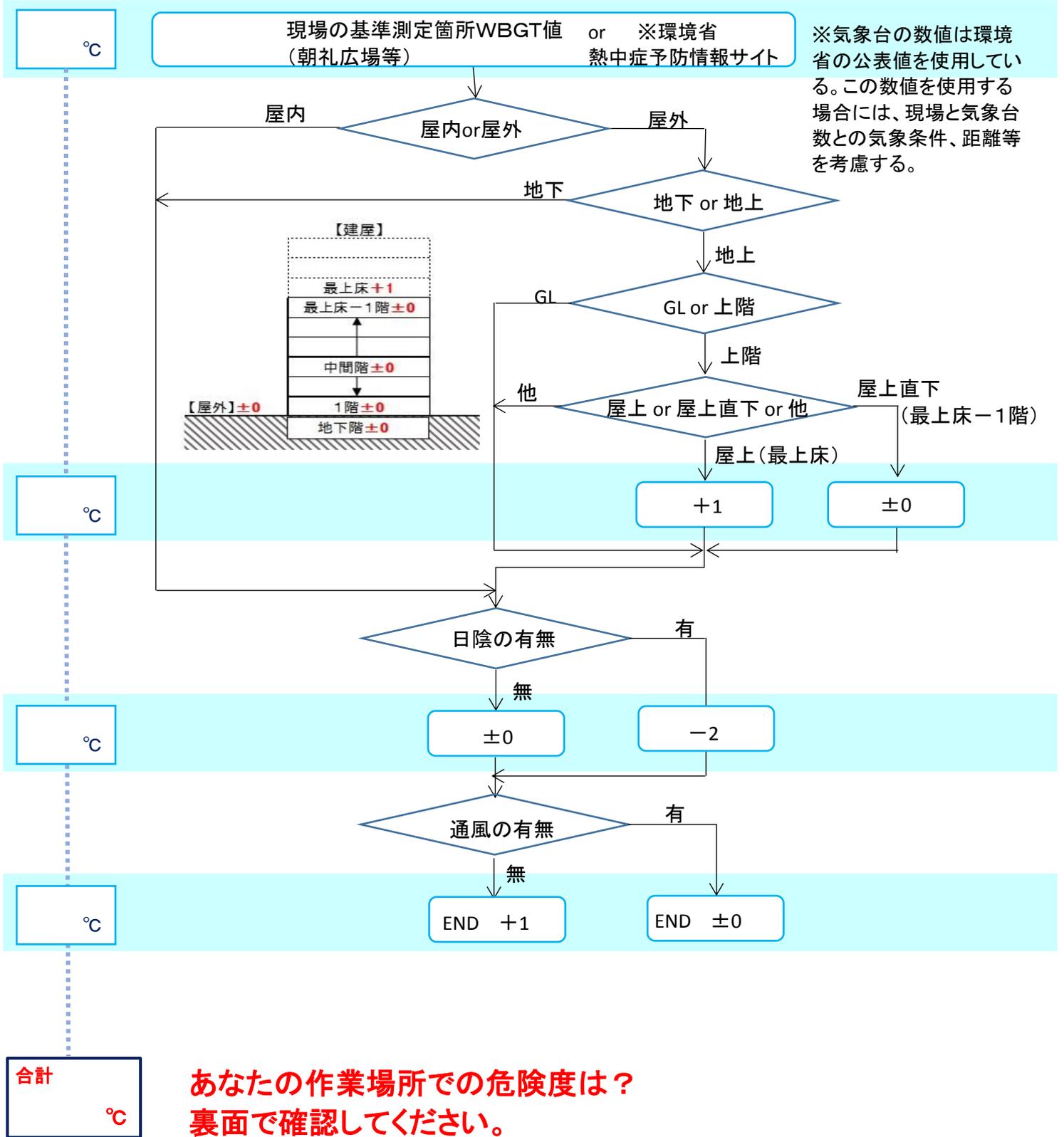


# 自分で出来る簡単熱中症危険度判定チャート

一般的な作業服で一般的な建築

日当たりがあり自然な通風がある場所を基準の朝礼広場としています。



本チャートは、簡易的に当日の作業箇所における、熱中症発症に対する危険性を確認するためのもので、作業の安全を保証するものではありません。  
作業時間により日照が変化する場所がある場合には再度チャートで計算してください。  
コンクリート打設後の養生熱が発生するような作業場所では、その点も考慮してください。

このチャートは、厚生労働省通達、基安発0514第2号「平成27年の職場における熱中症予防対策の重点的な実施について」を参考にWBGT基準値を28℃に設定しています。

## 合計の数値が28℃未満なら

熱中症にかかる危険性は少ない  
体調等に注意しながら作業をしてください。



現場の朝礼広場等に設置して作業者全員が当日のWBGT値を確認出来るようにしましょう。

## 合計の数値が28℃以上なら

熱中症にかかる危険性が高い  
必ず作業開始前に熱中症対策を実施してく



28℃以上の結果が出た作業場所では携帯用測定器を使用して、測定してから作業を開始しましょう。



### 28℃以上になったら(対策例)

以下の対策を取り入れて作業を実施する。

**通風なし** 扇風機等による強制的に通風を確保する。

**日影なし** 「よしず」等により直射日光を遮るようにする。

**休憩時間** 作業者の体調を確認しながら強制的に水分・塩分補給する。  
(喉が渇いてからの水分補給では遅すぎます。体が水分を欲しがる前に水分補給を心がけましょう。)

これらの対策を実施することにより、熱中症の発症を軽減することが可能である。

また、午後の暑い時間には現場を巡回(14:00~16:00は特に注意)して作業者のようすをうかがうなどの熱中症予防パトロールを実施するなどの作業者の体調を確認しましょう。

## 熱中症の症状には

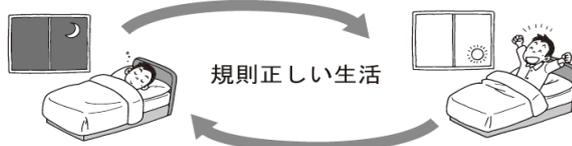
・めまい、失神、筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛、不快感、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温

## こんな症状になったら

・熱中症の症状が出たら、涼しい場所へ移動し、体を冷やしながら水分・塩分を補給して休憩しましょう。回復しない場合は**救急車**を呼びましょう。

建設業の作業は、身体作業強度が高いものが多いことからWBGT値が低い場合でも注意が必要です。また、体が暑さに慣れるまでは熱中症にかかる危険性が高くなりますので十分注意が必要です。

寝不足、深酒などで朝から体調がよくない場合は無理をしないようにし、日頃から体調管理には気をつけましょう。



熱中症は予防できる労働災害です。

WBGT値を正確に測定し、測定値を有効活用することにより安全に作業が出来ます。

日頃から体調管理に気をつけて、全員が安全に作業できるように心がけましょう。