

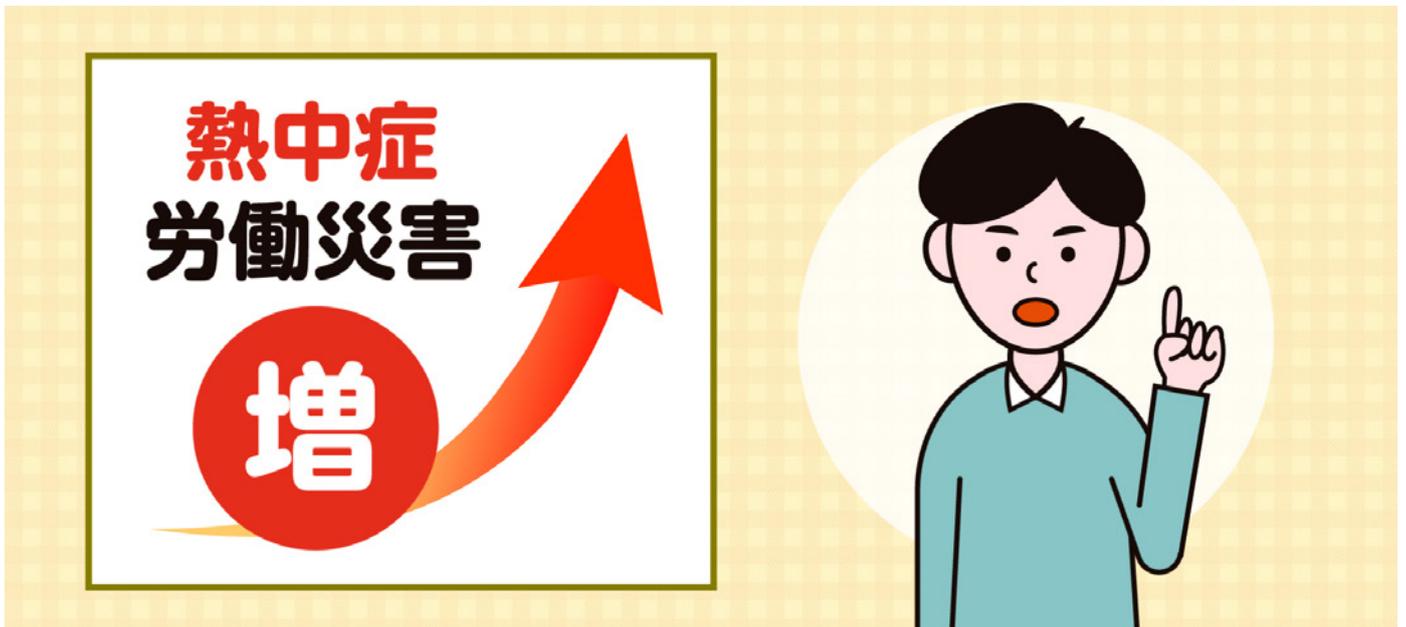
家内労働者のための

熱中症対策の知識

主に家内労働者の方々を対象に、熱中症に関する注意点を周知する目的で作成したものです。



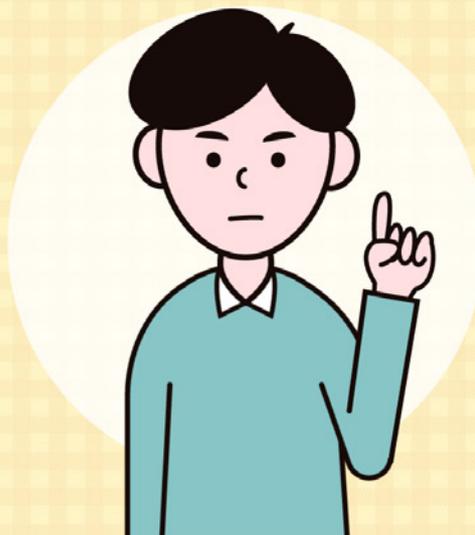
近年の気候変動の影響から、高温・多湿な日が増えたことにより



熱中症による労働災害は増加傾向にあります。

熱中症 死亡災害

原因



また、熱中症による死亡災害の原因の多くは、

- 初期症状
の放置
- 対応の遅れ



初期症状の放置、対応の遅れによることから、

~~重症化~~
↓
未然に防ぐ



熱中症の重症化を防ぎ、死亡災害を未然に防ぐことが重要です。

- 正しい知識
- 体調の変化
に気をつける



熱中症について、正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、

**熱中症による
健康被害を
防ごう！**

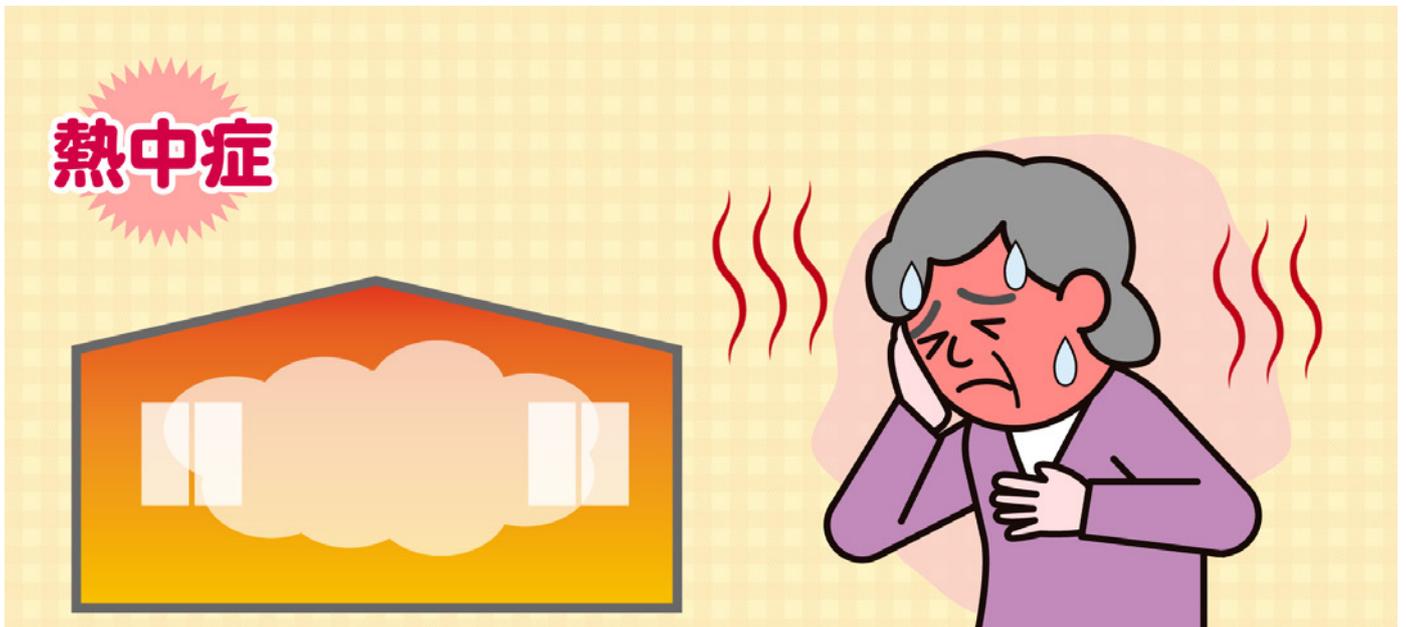


熱中症による健康被害を防ぎましょう。

1. 熱中症対策に関する基礎知識

熱中症

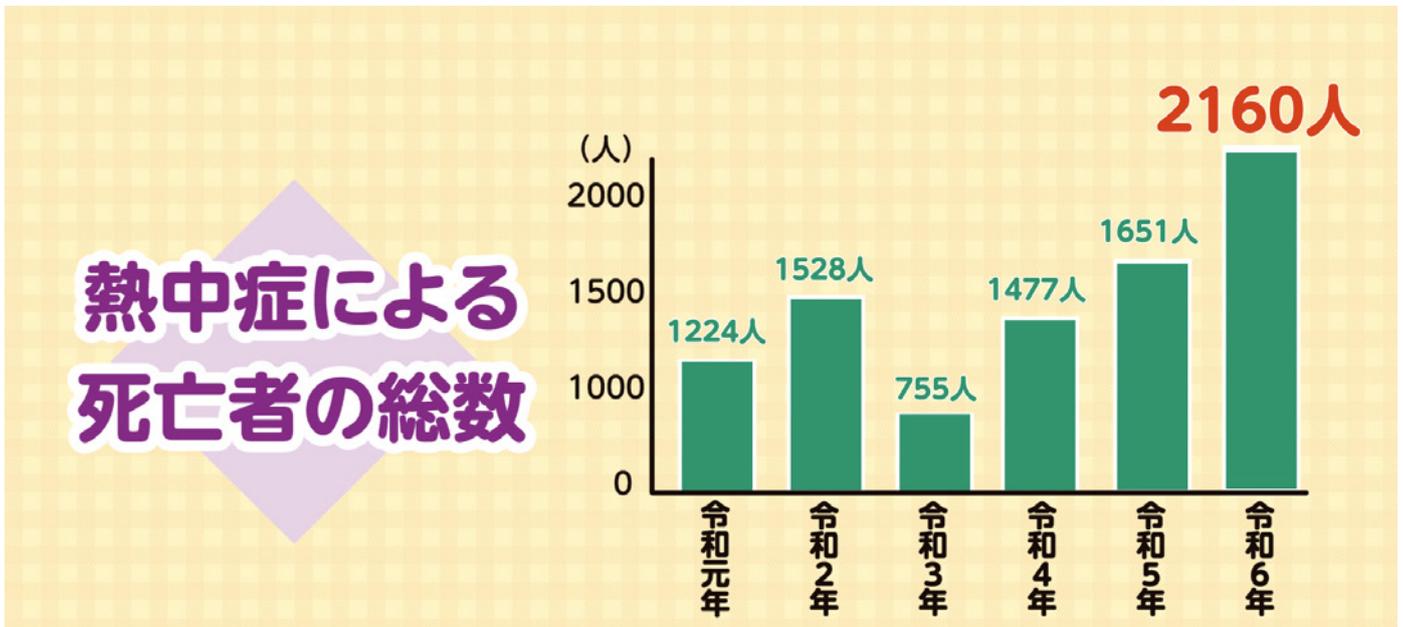
熱中症とは、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、



体内に熱がこもった状態のことを指します。

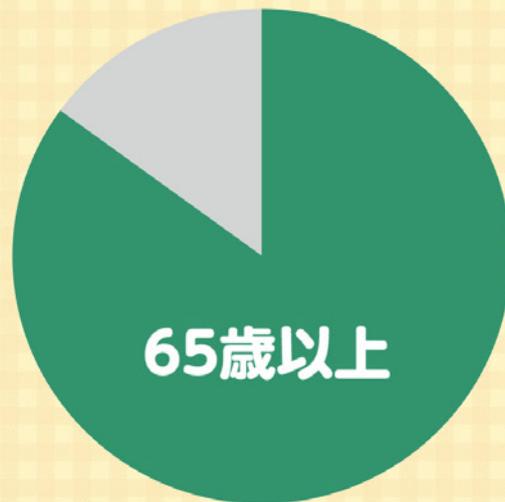


めまい、立ちくらみ、大量の発汗、頭痛、嘔吐、倦怠感、筋肉のこむら返りなど、人によってさまざまな症状が現れます。

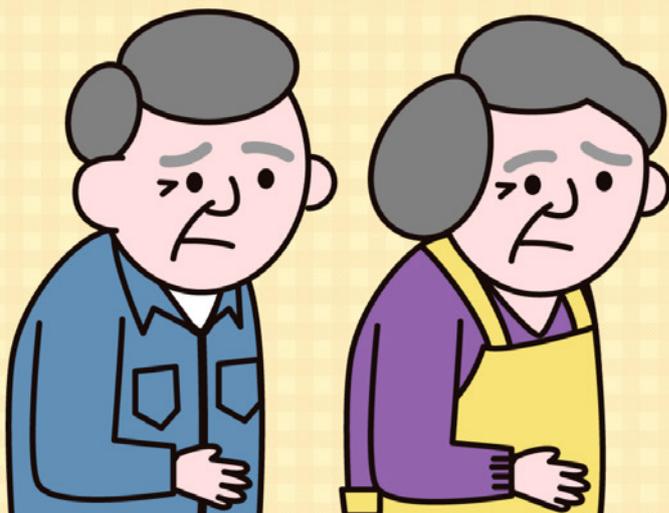


近年、熱中症による死亡者の総数は増加しており、

65歳以上
の割合
約**85%**



特に 65 歳以上の高齢者は全体の約 85%を占めています。



- 体温調節機能
- 認知機能

↓
低下

高齢者は、体温調節機能や認知機能が低下し、

重症化リスク



重症化リスクがあるため、注意が必要です。

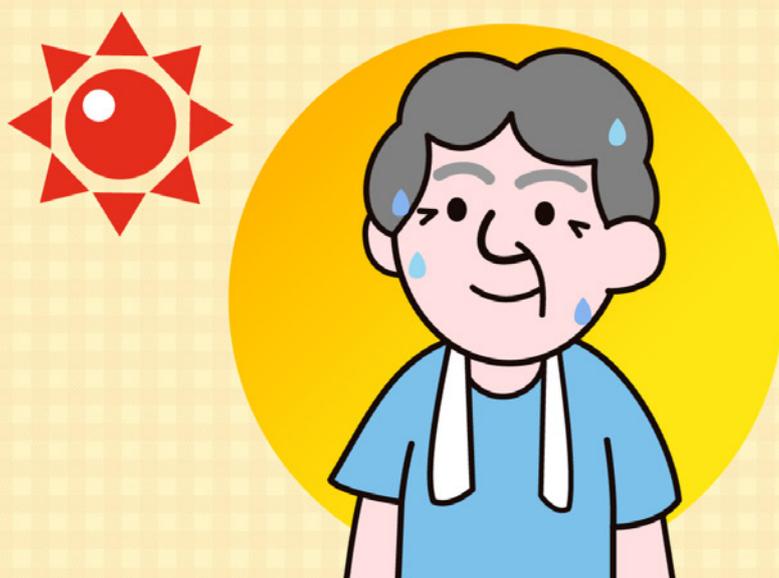
熱中症の予防対策

重要!



家内労働に従事する方の中には、高年齢者も多いことから、熱中症を未然に防ぐことが重要です。

2. 熱中症を予防するための対策方法



熱中症の予防には、まず暑さに慣れることが重要です。

近年では、6月頃から暑くなりはじめ、
特に暑さに慣れていないこの時期は注意が必要です。
まずは、暑さに慣れることを意識しましょう。

\ 効果的な /

熱中症予防

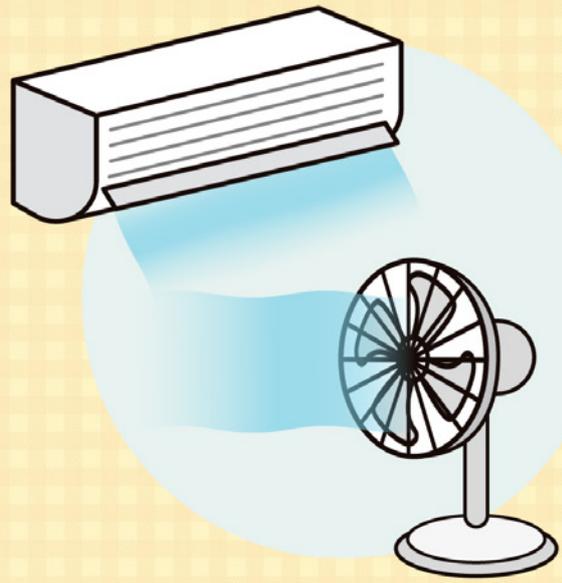
熱中症の予防には、次のような対策が効果的です。

こまめな
水分・塩分
補給



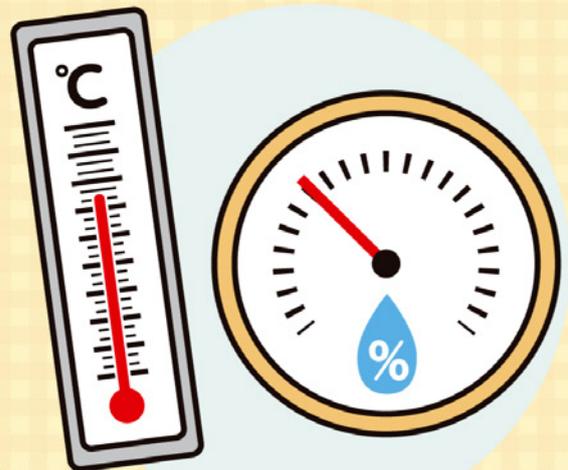
喉の渇きを感じなくても、こまめに水分を取りましょう。
また、塩分の摂取も重要です。

エアコン 扇風機 を使う



エアコン・扇風機を上手に使いましょう。

温度・湿度 を調整する



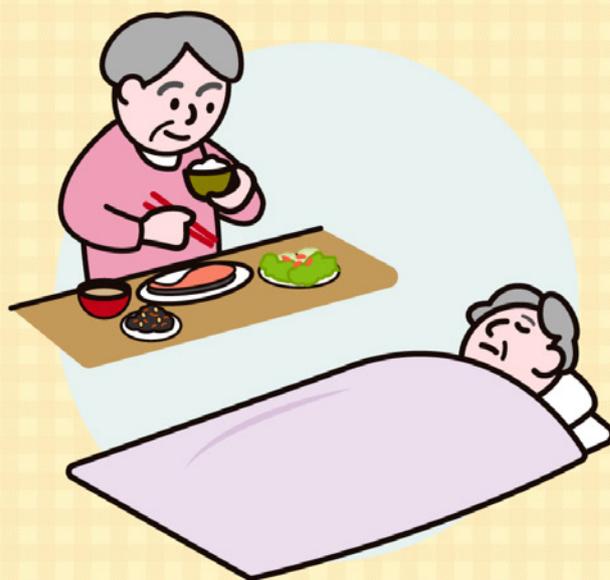
部屋の温度や湿度を調整しましょう。

無理せず 休憩する



暑いときは無理をせず、休憩しましょう。

十分な 睡眠・栄養



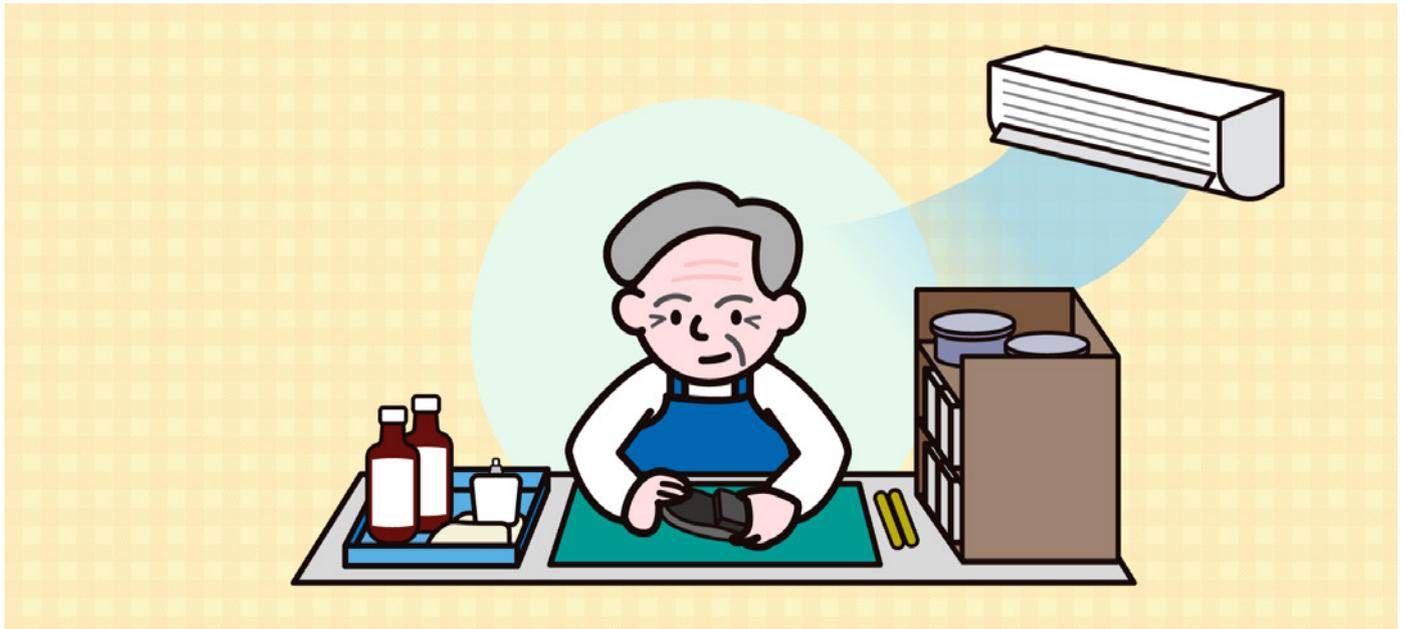
十分な睡眠と栄養を取りましょう。

緊急 連絡先 を確認

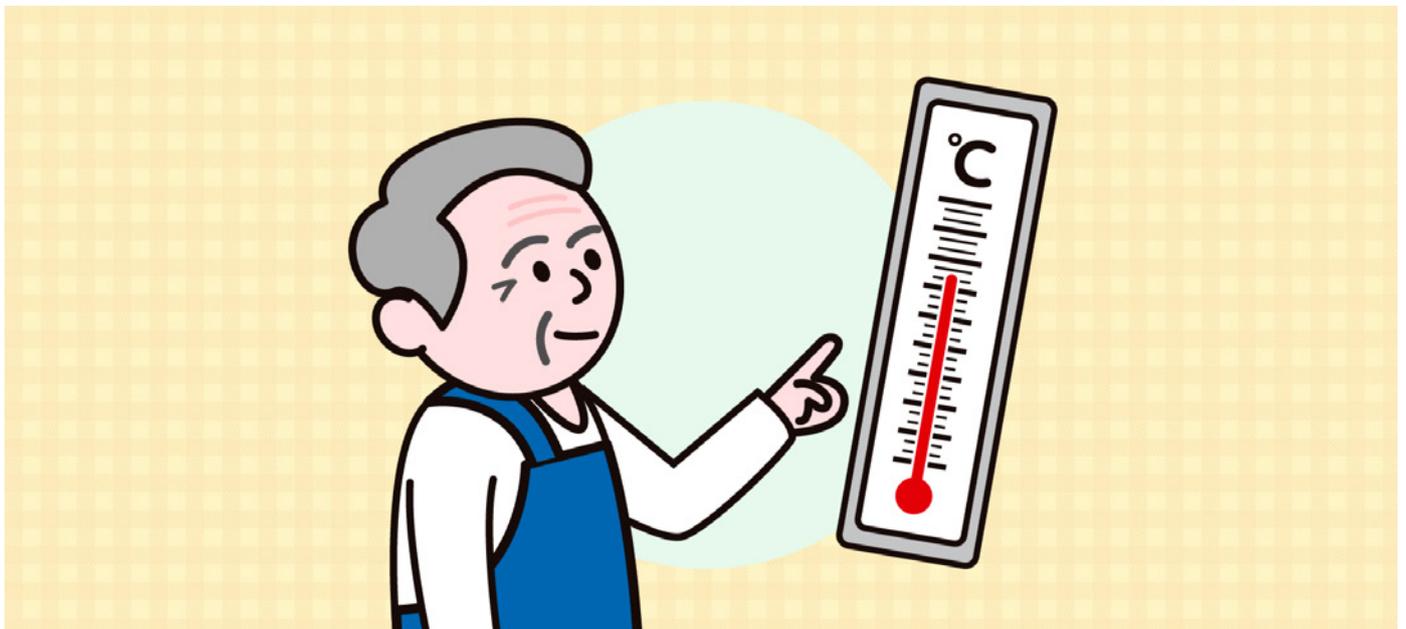


また、万が一に備えて、緊急連絡先を確認することも重要です。

3. 望ましい作業環境



安全な作業環境をつくるためには、エアコン等を活用して、作業場を適切な室温にすることが重要です。



室温をこまめに確認するなどして、適切な温度を維持し、作業に適した環境を整えましょう。

暑さ指数

WBGT

環境省では、暑さ指数(WBGT)を公表しています。

暑さ指数

WBGT

気温

湿度

ふく しゃ ねつ
輻射熱

暑さ指数とは、気温、湿度、輻射熱の3つを取り入れた温度の指標です。

暑さ指数(WBGT)

日常生活に関する指針

31以上

危険

28以上 31未満

嚴重警戒

25以上 28未満

警戒

25未満

注意

28以上31未満は「嚴重警戒」とされ、外出時は炎天下を避けること、室内では室温の上昇に注意することが必要とされています。

暑さ指数(WBGT)

日常生活に関する指針

31以上

危険

28以上 31未満

嚴重警戒

25以上 28未満

警戒

25未満

注意

31以上は「危険」とされ、高齢者においては安静状態でも熱中症が発生する可能性が高いため、外出はなるべく避け、涼しい室内に移動するよう注意喚起されています。

暑さ指数(WBGT)

日常生活に関する指針

31以上

危険

28以上 31未満

嚴重警戒

25以上 28未満

警戒

25未満

注意

また、28未満であっても、激しい作業をする際は、十分な休憩をとることが必要とされています。

暑さ指数(WBGT)

日常生活に関する指針

31以上

危険

28以上 31未満

嚴重警戒

25以上 28未満

警戒

25未満

注意



この暑さ指数を参考に、WBGT計を設置して、室内の温度や活動のレベルを調節しましょう。

暑さ指数

WBGT

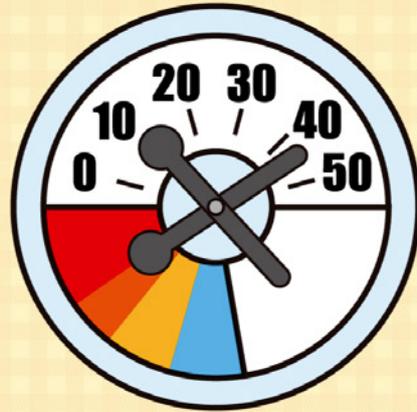


28以上

暑さ指数が28を超えるときは熱中症にかかりやすいため、注意が必要です。

熱中症
注意

WBGT計



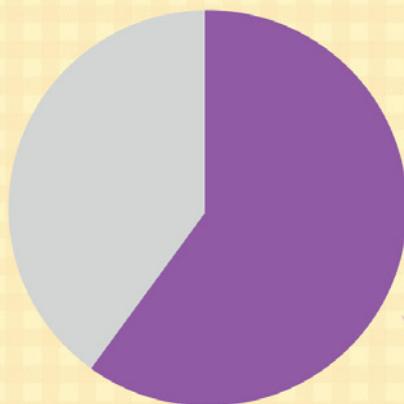
なお、WBGTを測定するには、WBGT計が必要です。積極的に活用しましょう。

令和
4年度

東京都
23区

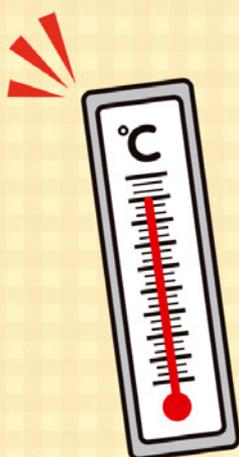
令和4年度の東京都23区における熱中症死亡者のうち、

熱中症
死亡者



約**6割**
エアコン
使用せず

約6割はエアコンを使用していなかったという報告もあります。



暑い日の作業は無理をせず、エアコンを積極的に使用しましょう。



中には、エアコンを使用しているも、故障により部屋が冷却されず、



熱中症にかかった例もありました。

家内労働者の 環境改善

東京都では、環境改善の一環として、

作業場の
エアコン設置
費用

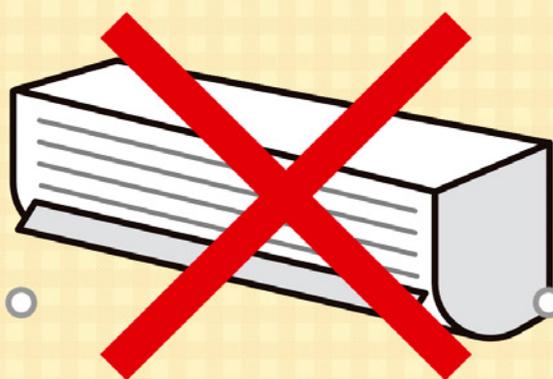


一部助成

作業場のエアコンの設置にかかる費用の一部を助成しています。

故障

修理できない



古い

もう動かない

エアコンが故障している、機種が古くて動かないなど、

**新しく設置する
必要がある場合**



家内労働相談コーナー

新しく設置する必要がある場合は、家内労働相談コーナーまでご相談ください。



また、望ましい環境をつくるためには、作業場の整理整頓も重要です。



作業する部屋が材料や機械で風通しが悪く、



熱がこもりやすくなっている場合があるため、



常に整理整頓をし、風通しをよくしましょう。



4. 作業中に具合が悪くなった時の対処法

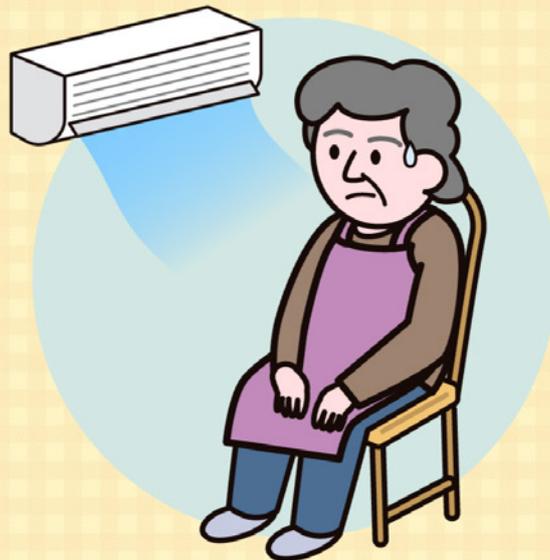
熱中症の主な症状

熱中症を発症すると、

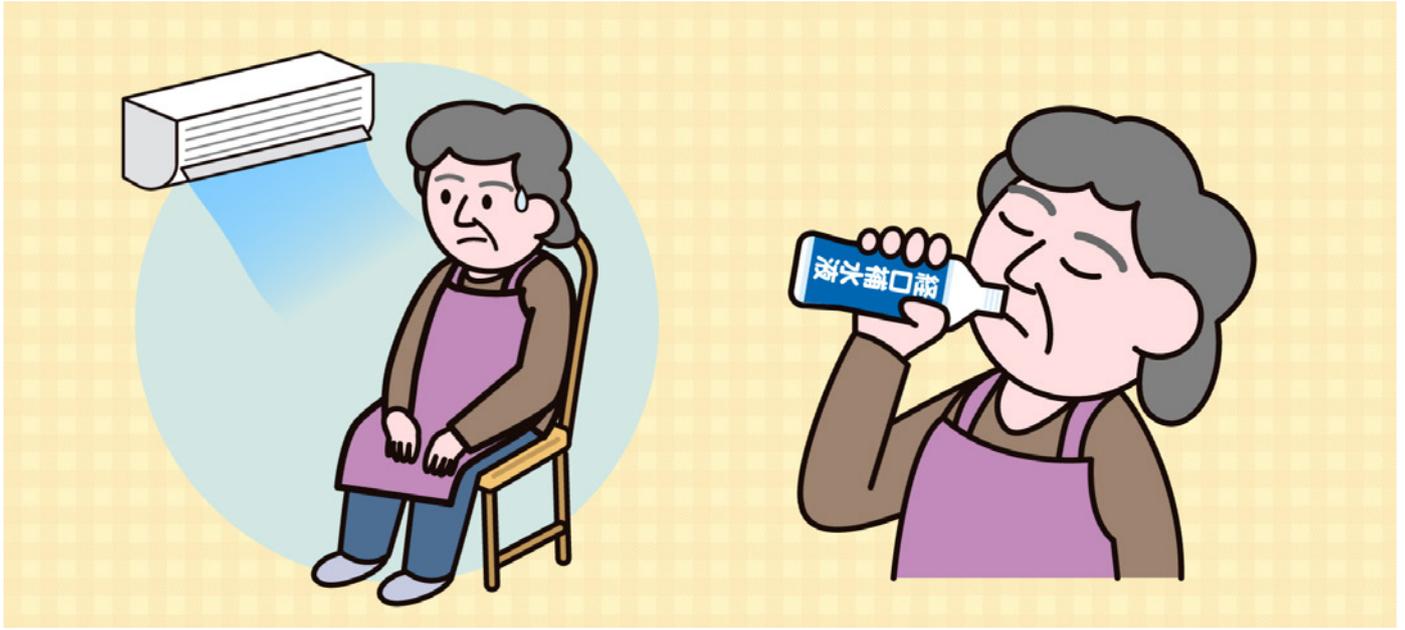
熱中症の主な症状



めまい、立ちくらみ、大量の発汗など、さまざまな症状が現れます。



自分で動ける場合は、涼しい場所に移動し体を冷やす、



経口補水液を補給するなどしてください。



あらかじめ経口補水液を常備しておく心安心です。

救急車を 呼ぶ



熱中症の判断は難しいため、体調が悪いときは早めに救急車を呼びましょう。



以上のように、近年の環境の変化による熱中症のリスクは非常に高く、主に一人で作業を行う家内労働者は、熱中症発症時の対処が遅れると、重篤な状況に陥る可能性が高くなります。

熱中症予防に取り組み、望ましい作業場の環境を整え、安全に作業を行いましょう。

5. 都の施策に関する紹介

労働衛生環境改善助成

労働衛生環境改善助成

| 助成対象設備 | 助成率 | 1台あたり助成限度額 |
|-----------------|-----|------------|
| 局所排気装置(集じん機を含む) | 75% | 260,000円 |
| 全体換気装置(換気扇) | 75% | 40,000円 |
| 空気清浄装置(作業用) | 50% | 105,000円 |
| 型抜き機等の安全装置 | 75% | 158,000円 |
| その他必要な安全衛生設備 | 50% | 158,000円 |

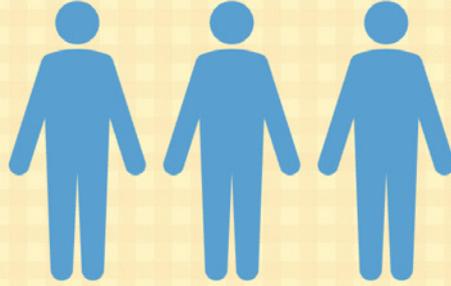
東京都では、一定の条件を満たす家内労働者の方に
作業場の環境改善のための設備を取り付ける費用の一部を助成しています。

局所排気装置、全体換気装置、空気清浄装置、型抜き機等の安全装置、
エアコンなどのその他必要な安全衛生設備の設置に係る費用の一部が助成対象となります。

助成対象者には一定の条件がありますので、
詳しくは家内労働相談コーナーにお問い合わせください。

有機溶剤健康診断

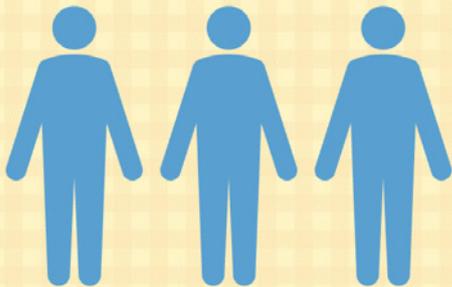
有機溶剤健康診断



**皮革業に従事
有機溶剤を使用している方**

皮革業に従事し、有機溶剤を使用している方は

有機溶剤健康診断



**皮革業に従事
有機溶剤を使用している方**



無料で有機溶剤健康診断を受診できます。

有機溶剤健康診断

●対象となる方

皮革業に従事し、有機溶剤を含む接着剤や両面テープなどを使用している、次の①か②の条件を満たす方

- ①都内在住の家内労働者および補助者
- ②他県在住で都内に作業場がある家内労働者(通い職人)

対象となる方は、皮革業に従事し、
有機溶剤を含む接着剤や両面テープなどを使用している、
次の①か②の条件を満たす方です。

- ①都内在住の家内労働者および補助者
- ②他県在住で都内に作業場がある家内労働者の方です。

有機溶剤健康診断

●検査内容

尿検査

血圧

握力
測定

問診
診察

※検査する有機溶剤の種類はトルエンとノルマルヘキサンです。

検査内容は、尿検査、血圧、握力測定、医師による問診・診察があります。

有機溶剤健康診断

●受診場所

都が指定する医療機関のなかから、
ご自身でお選びいただけます。

※原則として、お住まいの区に所在する医療機関

※他県在住の方は作業場がある区に所在する医療機関

ご都合のよい時期に受診できます。土日に受診できる病院もあります。

受診場所は、都が指定する医療機関のなかから
原則として、お住まいの区に所在する医療機関、
他県在住の方は作業場がある区に所在する医療機関を
ご自身でお選びいただけます。

有機溶剤健康診断

●受診方法

希望される医療機関に事前に連絡した上で、
東京都発行の「受診票」をお持ちになり、
受診してください。

受診する際には「受診票」が必要です。

お持ちでない方はお電話で東京都までお問い合わせください。

受診方法は、希望される医療機関に事前に連絡した上で、
東京都発行の「受診票」をお持ちになり、受診してください。

東京都家内労働相談コーナー のご案内

東京都家内労働相談コーナーのご案内

相談日時 月曜日～金曜日 9時～17時(祝日・年末年始を除く)

所在地 〒111-0032 東京都台東区浅草5-70-11 川口ビル2F

電話 **03-3871-4555**

東京都 家内労働相談コーナー

検索

東京都の家内労働相談コーナーには、家内労働相談員が常駐し、
工賃に関するトラブル、作業場の環境改善など、
家内労働全般についてのご相談をお受けしています。
この動画でご紹介した都の制度に関するご相談も承っていますので、
お気軽にご相談ください。



参考文献

- 厚生労働省「職場における熱中症予防情報」
<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>
- 厚生労働省「安全衛生の好事例集」
<https://kanairodo.mhlw.go.jp/download/index.html>
- 厚生労働省「年齢（5歳階級）別にみた熱中症による死亡数の年次推移」
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyuu/necchusho24/index.html>
- 厚生労働省「高齢者のための熱中症対策」
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/pdf/heatillness_leaflet_senior_2021.pdf
- 厚生労働省「熱中症関連情報 普及啓発用資材(リーフレット・ガイドライン等)熱中症予防のために」
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/pdf/heatillness_leaflet_senior_2021.pdf
- 一般財団法人日本気象協会「熱中症ゼロへ」
<https://www.netsuzero.jp/>
- 東京都監察医務院「令和4年夏の熱中症死亡者数の状況【東京都23区（確定値）】」
<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/shisetsu/jigyosyo/kansatsu/heatstroke/r04-heatstroke-fixed>