

働く人の
今すぐ使える
熱中症ガイド



目次

01	熱中症から命を守る -----	P4	05	熱中症の基礎知識 -----	P56
	1. 職場で熱中症になった人			1. 熱中症の原因と発生しやすい職場の条件	
	2. いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え			2. 暑さ指数 (WBGT)	
	3. 熱中症の症状と重症度分類			3. 高年齢や持病がある作業員への配慮	
	4. 現場で作業員が倒れたときの 「命を救う行動」と「あやまった行動」			4. STOP! 熱中症クールワークキャンペーン	
	5. 熱中症「応急手当」カード (携帯用)			5. 多言語リーフレット	
				6. もっと詳しく知りたい方へ	
02	危ない状況と対策 -----	P12	06	事業主、安全・衛生管理担当者の方へ ----	P63
	1. 建設現場 (屋外) 編			1. 関係法令・関係指針・要綱	
	2. 製造現場 (屋内) 編			2. 補助金・助成金	
	3. その他現場 編			3. 講習用スライド/スライドショー動画	
03	予防法 -----	P30	07	まとめ -----	P87
	1. 3つの注意点 (前日/仕事前/工作中)			1. 熱中症の見分け方と応急手当	
	2. 暑熱順化 (暑さに慣れる)			2. 予防には『暑熱順化』	
	3. 休憩時間について			3. 水分補給と休憩	
	4. 予防対策グッズの使用			4. 注意点	
04	取組例 -----	P47			