

事 務 連 絡

令和8年6月2日

就業会員各位

公益社団法人小金井市シルバー人材センター

事務局長 天野 建司

令和8年6月 暑熱期における就業時の注意について

平素よりシルバー人材センターの事業運営にご協力いただき、誠にありがとうございます。

さて、今年も厳しい暑さが続いており、気温や湿度が高くなる「暑熱期」に入りつつあります。この時期は熱中症の危険性が特に高まりますので、会員の皆さまにおかれましては、下記の点に十分ご留意のうえ、安全に就業いただきますようお願い申し上げます。

【熱中症対策のポイント】

- こまめな水分補給 喉が渇く前に、少量ずつこまめに水分をお取りください。汗を多くかく場合は、塩分補給も併せて行ってください。
- 涼しい服装・日差し対策 通気性の良い衣服、帽子の着用、日陰の活用などで体温上昇を防いでください。
- 適度な休憩の確保 気温・湿度が高い日は無理をせず、こまめに休憩を取りましょう。体調に異変を感じた場合は、すぐに作業を中止してください。
- 作業時間の調整 可能な範囲で、気温の高い時間帯（午後1～3時頃）を避けるなど、作業時間の工夫をお願いいたします。

- 体調管理の徹底 睡眠不足や食事の偏りは熱中症のリスクを高めます。日頃から体調を整え、少しでも不安がある場合は無理をしないでください。

【センターの取り組み】

当センターでは、

- 就業先への暑熱対策の協力依頼
- 危険が予想される作業の調整
- 会員の皆さまへの情報提供の強化 などを行い、安心して就業いただける環境づくりに努めてまいります。
- 熱中症対応フローの周知

今後とも、安全に配慮しながら事業運営を進めてまいりますので、会員の皆さまにおかれましても、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

現場における対応

熱中症のおそれがある労働者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、以下の

「体制整備」、「手順作成」、「関係者への周知」が

事業者には義務付けられます。

1

「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」が
その旨を報告するための体制整備及び関係作業員への周知。

※報告を受けるだけでなく、職場巡視やバディ制の採用、ウェアラブルデバイス等の活用や双方向での定期連絡などにより、熱中症の症状がある作業員を積極的に把握するように努めましょう。

2

熱中症のおそれがある労働者を把握した場合に迅速かつ確かな判断が可能となるよう、

- ① 事業場における緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等
- ② 作業離脱、身体冷却、医療機関への搬送等熱中症による重篤化を防止するために必要な措置の実施手順の作成及び関係作業員への周知

※参考となるフロー図を2つ掲載していますが、これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。

※作業強度や着衣の状況等によっては、上記の作業に該当しない場合であっても熱中症のリスクが高まるため、上記に準じた対応が推奨されます。

※同一の作業場において、労働者以外の熱中症のおそれのある作業に従事する者についても、上記対応を講じることとします。

対象となるのは

**「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**

熱中症対応フロー

「体制（緊急連絡先）」・「手順」・「関係者への周知」

■緊急連絡先

- ①救急（119番通報）
119※判断や応急処置対応
に関しては#7119
（救急安心センター）
- ②センター
042-227-7117
※土日祝及び夜間
緊急090-1462-9425
春日090-4810-9292
- ③家族・親戚・知人
緊急連絡先カードを携帯

- ①熱中症のおそれのある者を発見
- ②自覚症状のある者

熱中症が疑われる症状例

【他覚症状】

ふらつき、生あくび、失神、大量の発汗、痙攣等

【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

作業離脱、身体冷却

意識の異常等

「意識の有無」だけで判断するのではなく、

- ①返事がおかしい
 - ②ぼーっとしている
- など、普段と様子がおかしい場合も異常等ありとして取り扱うことが適当。
判断に迷う場合は、安易な判断は避け、#7119等を活用するなど専門機関や医療機関に相談し専門家の指示を仰ぐこと。

救急隊要請

異常等なし

異常等あり

自力での水分摂取



できない

できる

医療機関までの搬送の間や経過観察中は、一人にしない。

（単独作業の場合は常に連絡できる状態を維持する）

医療機関への搬送

経過観察

回復しない、症状悪化

回復

回復

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、注意すること。