

安 全 の し お り

この時季「蜂」と「熱中症」にご注意を！！

★ 令和5年度の全国のシルバー人材センター統一のスローガンが決まりました ★

「安全は 無理せず 焦らず 油断せず」

(福岡県柳沢市シルバー人材センター 会員)

◆ 千葉県の安全就業標語も決まりました。

最優秀賞 「高齢者 自信過剰は 事故のもと」

(野田市シルバー人材センター 澤田健次郎会員)

優秀賞 「作業前 みんなで確認 安全対策」 (山武市シルバー人材センター 会員)

優秀賞 「ゆとり有る 心と体で 事故防ぐ」 (千葉市シルバー人材センター 会員)

皆さん、各スローガンや標語を意識しながらお仕事しましょう。

◆ 熱中症に気をつけて

前回は記載しましたが、今年はさらに暑いので今回も熱中症について記します。

(1) 熱中症の症状

めまい・立ちくらみ・手足のしびれ・筋肉のこむら返り・気分が悪い・頭痛・嘔吐・
倦怠感・虚脱感・返事がおかしい・意識消失・けいれん・からだが熱い

(2) 熱中症予防の対策

①就業前・作業中・休憩時などに水分をこまめにとる。大量に汗をかく場合は塩分もとる。また、のどが渴かなくてもこまめに水分補給を行うこと。

②就業場所の風通しに配慮する。③服装は、通気性や吸湿性の良いものを身につけ、高温下では頭部や首筋に冷やしたタオルを巻いたり、屋外では帽子をかぶる。

④屋外での単独作業の場合は定期的に連絡をとる。⑤熱中症警戒アラートを意識する。

⑥室内でも熱中症はあるので注意する。⑦朝ごはんを食べる。⑧十分な睡眠をとる。

⑨熱中症にかかってしまったら、すぐに涼しい場所で衣類をゆるめて安静にさせスポーツドリンクなどの水分を与える。水分を自力で摂取できない、呼びかけに応じない、意識がない場合は直ちに救急隊を要請し医療機関に搬送する。

(3) 現在お仕事中の作業場が、熱中症において厳しい環境にある場合は、当センターにご相談ください。