

沖縄大学における熱中症予防策、発生時の対応等について

＜＜予防策＞＞

作業時間を短縮する・水分および塩分を摂取する・透湿性、通気性の高い服装を心掛ける

＜＜発生時の対応等＞＞

1. 熱中症を生ずるおそれのある業務(※)を行う際、

- ①「熱中症の自覚症状がある教職員」または
- ②「熱中症のおそれがある教職員を見つけた者」がその旨を報告すること

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。

学内の場合: 所属長または保健室098-993-7979(内線は119)

学外の場合: 所属長へ報告し、近隣の医療機関受診、または救急搬送を要請する

2 熱中症を生ずるおそれのある業務(※)を行う際に、以下の件を確認しておく。

- ①業務からの離脱
(保健室や冷房のある部屋等、移動先を決めておく)
- ②身体の冷却
(冷房の効いた場所で休む、氷のうを使って体を冷やす等、準備しておく)
- ③必要に応じて医師の診察又は処置を受けさせる
(近隣の医療機関を受診、または救急搬送の要請)
- ④緊急連絡網、緊急搬送先の連絡先及び所在地等の確認
所属先の連絡網、近隣の医療機関を確認しておく

※ WBGT(湿球黒球温度)28度又は気温31度以上の作業場において行われる作業で、継続して1時間以上又は1日当たり4時間を超えて行われることが見込まれるもの

WBGTとは・・・暑さ指数(WBGT(湿球黒球温度): Wet Bulb Globe Temperature)は、熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標です。単位は気温と同じ摂氏度(℃)で示されますが、その値は気温とは異なります。暑さ指数(WBGT)は人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・輻射(ふくしゃ)など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。(熱中症予防情報サイトより)

→本学では体育館や本館2階施設課前等、WBGTの目安となる温湿度計を配置しています。

本学の業務で熱中症が予想される場面

・屋外や体育館・トレーニングルームでの講義時、学内や西原グラウンドでの草刈り作業時、・高等学校体育館内での進学ガイダンス対応時、課外活動指導時、その他学内、学外での業務時。

3.熱中症による健康障害が発生した場合の対応計画

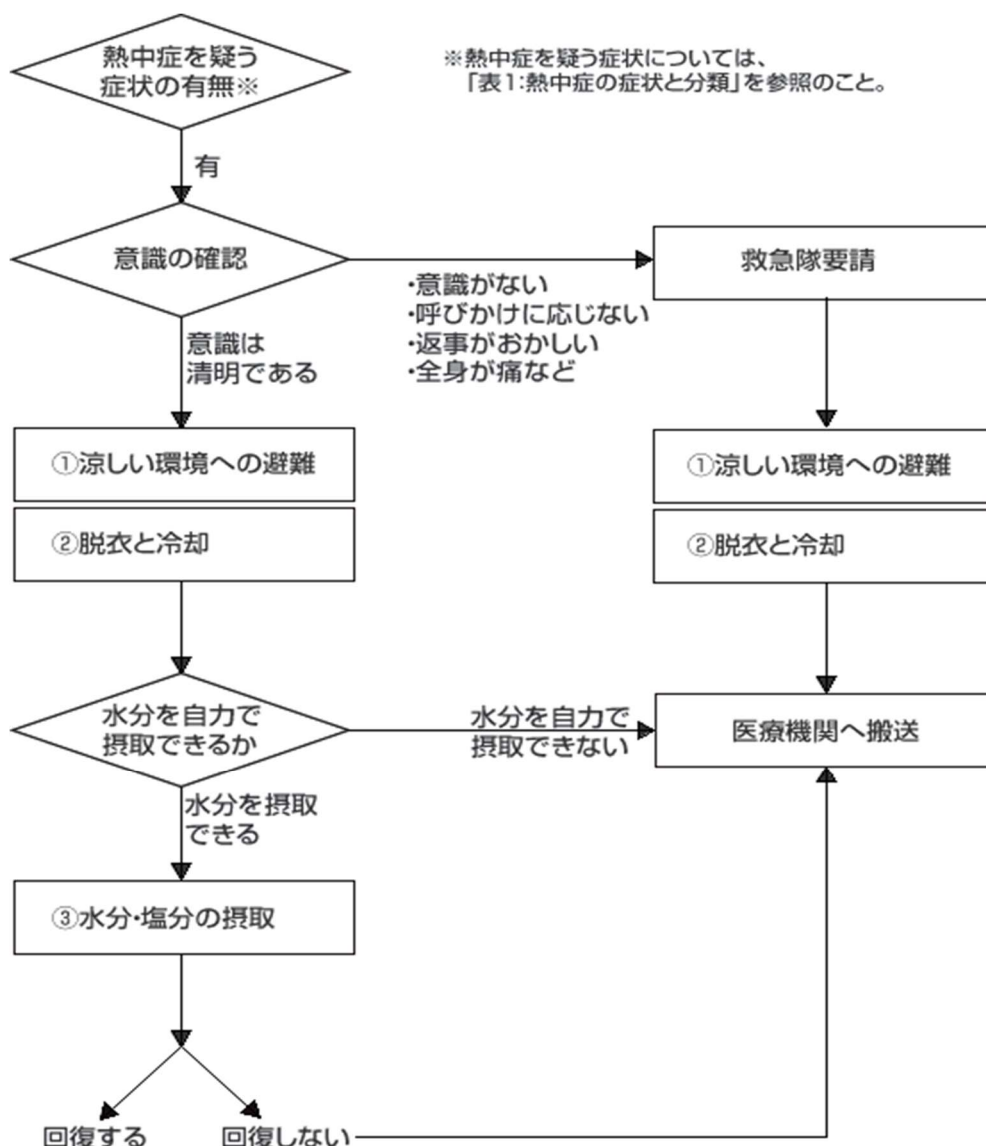


表1:熱中症の症状と分類

分類	症状	重症度
I 度	めまい・失神 (「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し、“熱失神”と呼ぶこともあります。) 筋肉痛・筋肉の硬直 (筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。発汗に伴う塩分(ナトリウム等)の欠乏により生じます。これを“熱痙攣”と呼ぶこともあります。) 大量の発汗	小
II 度	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 (体がぐったりする、力が入らないなどがあり、従来から“熱疲労”といわれていた状態です。)	大
III 度	意識障害・痙攣・手足の運動障害 (呼びかけや刺激への反応がおかしい、体がガクガクと引きつげがある、真直ぐに走れない・歩けないなど。) 高体温 (体に触ると熱いという感触があります。従来から“熱射病”や“重度の日射病”と言われていたものがこれに相当します。)	