



発行
一般社団法人 大垣労働基準協会
〒503-0803
大垣市小野4丁目35番地10 大垣市情報工房4階
TEL 0584-73-2272 / FAX 0584-73-2257
E-mail: o-roudoukijunkyo@aurora.ocn.ne.jp
URL: https://www.ogakiroukikyo.com

第77回 全国労働衛生週間を迎えるにあたって

大垣労働基準監督署長メッセージ

本年度も、労働者の健康管理や職場環境の改善など国民の労働衛生に関する意識を高め、職場の自主的な労働衛生管理活動を促し、労働者の健康を確保することなどを目的に、9月1日から30日までを準備期間とし、77回目となる「全国労働衛生週間」が10月1日から7日まで実施されます。

労働者の健康をめぐる状況を見ると、高年齢労働者の増加など就業構造の変化等により一般健康診断の有所見率が上昇しているほか、何らかの疾病を抱えながら働いている労働者の増加や働く女性の健康問題への対応なども課題となっています。

また、全国の過労死等の労災支給決定件数は年々増加傾向にあり、精神障害による労災支給決定件数は過去最多となっている状況を見れば、過重労働による健康障害の防止対策、小規模事業場を含めたメンタルヘルス対策を一層推進する必要があります。

さらに、令和6年度から全面施行されている化学物質の自律的管理の定着・推進に向けた取組を引き続き進めていく必要があります。

こうした状況を踏まえ、あらゆる労働者が心身ともに健康に働けることができるよう、本年度の全国労働衛生週間は、「ひとりひとりが貴重な人材 心も体も健やかに みんな生き生き健康職場」をスローガンとして展開されます。

大垣労働基準監督署管内においても、一般健康診断の有所見率は5割を超える状況が続いており、労働者の高年齢化の影響から転倒・腰痛なども増加傾向にあります。このような中、高年齢者の健康・体力などに配慮した職場環境の改善や、治療を受けながら安心して働ける職場環境の整備など治療と仕事の両立支援への取組などを進めていくことが重要です。

加えて、過重労働による健康障害防止のため、時間外・休日労働の削減、年次有給休暇の取得などをお願いします。

全国労働衛生週間を契機として、職場の健康管理、労働衛生活動が一層向上し、あらゆる労働者が心身ともに安心して、安全・健康に働けることができる職場となることをご期待しております。

大垣労働基準監督署長 米山 宏治

2026年度全国労働衛生週間準備講習会を開催しました

9月3日、大垣労働基準監督署、大垣労働基準協会ほかの主催により大垣市情報工房シンクホールにて「全国労働衛生週間準備講習会」を開催しました。当日は会場参加79名。WEB参加85名と大変多くの参加をいただきました。

冒頭の労働基準監督署長あいさつに続き、浅井安全衛生課長からは「労働衛生週間を迎えるにあたって」と題して、労働衛生週間実施要綱について説明がありました。

続いて、「高年齢者の労働災害防止と健康確保について」と題して、本年4月の労働安全衛生法改正により適用されている「高年齢労働者の労働災害防止対策の指針」を踏まえ、高年齢労働者に多く発生している転倒災害への対策について、また、ストレスチェックの実施義務拡大を踏まえメンタルヘルス対策について説明を受けました。

これに続き、本年度展開している「Cool! 西濃キャンペーン～熱中症重症化Zeroへ～」についてこれまでの展開を振り返るとともに、引き続きの対策を呼びかけました。

講演では、「生涯現役で働けるために」と題して、西

濃保健所健康増進課から「長く健康で働ける身体づくりのための留意点」について講演いただきました。

国は新しい指針の中で、「70歳まで働く・働いてもらう」時代となっている今、高齢となつてからの健康確保対策では遅く、若い頃からの積極的な健康確保対策と、すべての働く人にやさしい安全な職場環境づくりを呼び掛けています。

講習会当日の様子は、大垣労働基準協会ホームページで見ていただくことができますので是非ともご活用ください。



令和8年大垣署管内の労働災害発生状況(7月末速報)

大垣労働基準監督署

令和8年の休業4日以上之死傷者数(新型コロナウイルス感染症を除く。)は、7月末速報値で【表-1】のとおり203人(死亡者0人)で、前年同期比で11人(5.7%)の増加となっています。

業種別では、製造業が83人(40.9%)、商業が31人(15.3%)、保健衛生が17人(7.4%)と災害が多く発生しています。対前年比では、製造業が21人と大幅に増加していますが、保健衛生業で-13人と大幅に減少しています。

熱中症に関わる休業4日以上之死傷者数は、令和8年7月末の労働者死傷病報告による速報値では、5人です。令和7年の1年間では9人発症休業しています。昨年同期比では、+4人です。

【表-1】大垣署管内の休業4日以上之死傷者数
(新型コロナウイルス感染症を除く(死亡者数は内数))

業種	令和8年		令和7年		増減数	
	死傷者数	死亡者数	死傷者数	死亡者数	死傷者数	死亡者数
全産業	203	0	192	0	11	0
製造業	83	0	62	0	21	0
建設業	17	0	18	0	-1	0
運送業	28	0	15	0	13	0
農林業	6	0	6	0	0	0
商業	31	0	33	0	-2	0
保健衛生	17	0	30	0	-13	0
接客娯楽	10	0	6	0	4	0
その他	11	0	22	0	-11	0

【職種別災害発生状況】

職種別災害発生状況は、【表-2】のとおりで、主要な職種は、生産工程従事者が70人、運搬・清掃・包装等従事者が33人、サービス職業従事者が22人、専門的・技術的職業従事者が19人となっています。

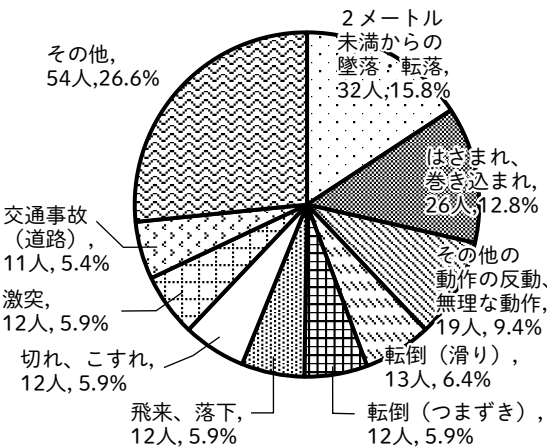
【表-2】職種別労働災害発生状況(死亡者数は内数)

職種(大分類)	令和8年		令和7年		増減数	
	死傷者数	死亡者数	死傷者数	死亡者数	死傷者数	死亡者数
全産業	203	0	192	0	11	0
管理的職業従事者	1	0	2	0	-1	0
専門的・技術的職業従事者	19	0	19	0	0	0
事務従事者	4	0	8	0	-4	0
販売従事者	13	0	16	0	-3	0
サービス職業従事者	22	0	24	0	-2	0
保安職業従事者	1	0	3	0	-2	0
農林漁業従事者	5	0	4	0	1	0
生産工程従事者	70	0	61	0	9	0
輸送・機械運転従事者	22	0	15	0	7	0
建設・採掘従事者	12	0	11	0	1	0
運搬・清掃・包装等従事者	33	0	28	0	5	0
分類不能の職業	1	0	0	0	1	0

【事故の型別災害発生状況】

事故の型別災害発生状況は、【グラフ-1】のとおりで、2メートル未満からの墜落・転落32人(15.8%)と最も多くを占めており、はさまれ、巻き込まれ26人(12.8%)、その他の動作の反動、無理な動作19人(9.4%)、転倒(滑り)13人(6.4%)、転倒(つまずき)12人(5.9%)、飛来、落下12人(5.9%)、切れ、こすれ12人(5.9%)、激突12人(5.9%)、交通事故(道路)11人(5.4%)の順となっています。ただし、細分化された転倒災害を積算すると35人と最多となっています。

【グラフ-1】事故の型別(全産業)



【主要な職種別事故の型】

被災者の主要な職種別事故の型は、【表-3】のとおりで、生産工程従事者70人の事故の型は、はさまれ、巻き込まれ20人、その他の動作の反動・無理な動作6人、転倒(滑り)5人などです。

運搬・清掃・包装等従事者33人の事故の型は、2メートル未満からの墜落・転落7人、その他の動作の反動、無理な動作3人などです。

サービス職業従事者22人の事故の型は、その他の動作の反動、無理な動作4人、転倒(つまずき)4人などです。

【表-3】主要な職種別事故の型

事故の型 職種（大分類）	巻き込まれ、はさまれ	切れ、こすれ	2メートル未満からの墜落・転落	その他の動作の反動、無理な動作	転倒（滑り）	転倒（つまずき）	その他	合計
生産工程従事者	20	9	4	6	5	2	24	70
運搬・清掃・包装等従事者	1	0	7	3	2	2	18	33
サービス職業従事者	0	1	2	4	1	4	10	22
その他	5	2	19	6	5	4	37	78
合 計	26	12	32	19	13	12	89	203

【転倒災害の分析】

転倒災害の35人を細分化した内訳は、転倒（滑り）災害が13人と最も多く、転倒（つまずき）災害が12人、転倒（もつれ等）災害が9人、その他の転倒災害が1人となっています。

そのうち転倒（もつれ等）災害の9人のうち、50歳以上の災害は7人と高齢になると多くなる傾向にあります。

全般的に高齢化とともに被災者が増加し、休業見込み日数も長くなる傾向にありますので、働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。

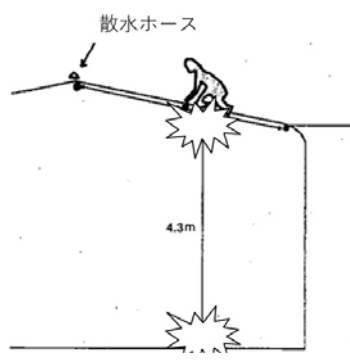
特に、転倒災害の予防に向けて、自己評価と測定結果の差を認識することは重要ですので、集計等も可能な転倒等リスク評価セルフチェック票を活用ください。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000111055.html>

他に、「見える」安全活動コンクール優良事例も紹介されております。本コンクールの過去の優良事例で、転倒災害を防止する「見える化」事例を多数掲載しておりますので、参考にしてください。



死亡災害発生状況

業種	性別	職種	年齢層	災害発生の概要	略図	事故の型	起因物
その他建築工事業	男性	技能者	70代	事業場敷地内の TENT 倉庫にて、屋根の上に設置された散水ホースの調子が悪かったため、高所作業車を使用して屋根の上に乗り、梁の上を歩いて確認していたところ、足を踏み外して TENT 生地を突き破り、4.3メートル墜落した。被災者は後日、死亡が確認された。 同種災害を防止するための対策例 やむを得ず屋根上作業が必要な場合は、 ・フルハーネス型墜落制止用器具を使用する ・親綱・ライフラインを設置する ・作業床や歩み板を設置する ・墜落防止用保護帽を着用する		2メートル以上からの墜落・転落	屋根、はり、もや、けた、合掌

大垣ミナモソフトボールクラブ選手が1日大垣労働基準監督署長に就任 —建築工事現場で熱中症重症化Zeroをアピール—

大垣労働基準監督署

大垣労働基準監督署は、「Cool！西濃キャンペーン2026～熱中症重症化Zeroへ～」の一環として、大垣ミナモソフトボールクラブの、中村美瑠選手、浅野莉胡選手に「1日大垣労働基準監督署長」を委嘱して、岐建(株)様が施工する「(株)セリア本社新築工事」の現場を訪問しました。現場では屋外での厳しい暑熱環境下でたくさんの方が働いておられますが、熱中症重症化Zeroのため様々な工夫を凝らした取組が行われていました。米山署長から委嘱状とタスキを手渡された中村署長、浅野署長は建築工事現場での安全パトロールを行い、WBGT値の把握、ミストシャワー装置、アイススラリーによるプレクーリングなどの対策を見ることができました。最後にお二人から現場で働くみなさんへ、熱中症重症化への注意とゼロ災害への呼びかけとともに、中村選手により「熱中症重症化Zero宣言投球」を行っていただきました。

当日の様子は、地域のテレビニュースで放映されるとともに、新聞4紙に掲載されました。



Cool！西濃キャンペーン2026～熱中症重症化Zeroへ～

大垣労働基準協会は、本年度大垣労働基準監督署と連携して「Cool！西濃キャンペーン2026～熱中症重症化Zeroへ～」と題して、職場における熱中症対策のさらなる推進を呼びかけています。8月20日時点で熱中症による休業4日以上の方の被災者は3名と、昨年同期との比較では3名減少していますが、その中には1か月ほどの休業を要するような重症事例も含まれています。本年の発生状況等の振り返りについては、12月の「年末年始無災害運動講習会」等で行いますが、みなさんにおかれましては、自らの職場での発生状況、取組んだ事項やそれについての反省点などについて振り返りを行い、来年の取組への準備を行っていただきますようお願い申し上げます。

令和7年度の労働相談の状況について

大垣労働基準監督署

令和7年度に大垣労働基準監督署へ寄せられた労働相談件数は2,730件で、令和6年度と比べて10%減少しました。労働相談件数はここ数年にわたり減少傾向にあり、全体として相談件数は減少しています。

相談内容別に見ると、賃金や解雇などの労働条件に関する相談は減少傾向にある一方で、増加傾向にある相談もみられます。その代表的なものがパワーハラスメントやいじめ・嫌がらせに関する相談であり、全体の約7%を占めています。

パワーハラスメントについては、労働施策総合推進法に基づき、会社には相談窓口を設置するとともに、相談があった場合には迅速かつ正確な事実確認を行うことが求められています。

この「迅速かつ正確な事実確認」は非常に重要であり、パワーハラスメント防止対策の肝ともいえます。

そこで、事実確認の具体的な手法について以下のとおりまとめましたので、参考にしていただければ幸いです。

<具体的な手法について>

パワハラ相談を受けたときに相談窓口担当者が行うのは、あくまで「調査」ではなく「事実確認」です。まず、この点をしっかり押さえておく必要があります。

事実確認を行う際には、相談者からパワハラだと訴えている内容を聞き取り、いつ、どこで、誰が、誰に対して、何をしたのか、なぜパワハラだと考えるのかといった5W1Hを具体的に特定していきます。できれば相談者本人に書面で書いてもらうのが望ましいです。後になって「やっぱり違いました」とか、「実はこんなこともありました」ということがないようにするためです。

特に注意したいのが、「なぜそう思うのか」という部分です。例えば、「威圧的だった」とか「恐怖を感じた」という話が出てきても、それだけでは不十分です。どういう言葉を言われたのか、どういう態度を取られたのか、どんな状況だったのかなど、そのように感じた根拠となる具体的な事実を確認する必要があります。

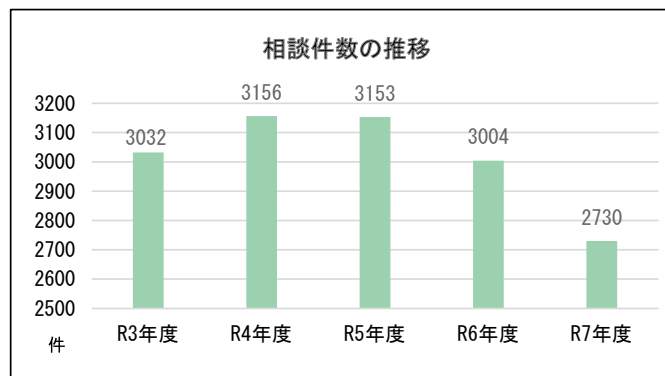
また、事実確認において「秘密にしてほしい」という要望は基本的には受け入れられません。「行為者本人には言わないでください」と言われても、相手方から話を聞かなければ公平な判断はできないからです。プライバシーには十分配慮しますが、それを理由に行行為者本人への確認を行わないままパワハラと認定することはできません。

事実確認では、相談者の言い分と行為者の言い分が一致するかどうかを確認することが重要です。そして、その言動が本当に「業務上必要かつ相当な範囲を超えたもの」だったのかを検討します。

例えば、

- ・業務上、明らかに必要のない言動だったのか
- ・業務の目的から大きく外れた言動だったのか
- ・業務遂行の手段として不適切な言動だったのか
- ・回数や態様などが社会通念上許容される範囲を超えていたのか

といった点を確認していきます。



なお、相談窓口担当者の役割は相談者の悩みや不満を聞いて寄り添うことではありません。もちろん丁寧に話を聞くことは大切ですが、目的は客観的事実を明らかにすることです。そのため、相談者の感情やメンタルの状態そのものを詳しく聞く必要はなく、常に中立・公平な立場を保ちながら事実を確認していきます。

また、パワハラ対応の一番の目的は被害者を救済することではなく、職場の就業環境を回復し、維持することにあります。この点も忘れてはいけません。

相談者が主張する事実について、行為者が認めない場合には、必要に応じて第三者からも話を聞きます。そして、確認結果については、必ずしも相談者に詳細な内容までもフィードバックをしなければならないものではありません。

最終的に、行為者や第三者への確認を行ってもパワハラの事実が確認できなかった場合は、それ以上の認定はできません。その後の対応については、相談者自身の判断や第三者委員会などの判断に委ねることになります。

この第三者委員会には、岐阜労働局が主催する「調停」も含まれます。

この「調停」とは労働施策総合推進法第30条の6に基づくものであり、詳細は以下のとおりです。

<調停について>

労働施策総合推進法第30条の6に基づく調停とは、職場におけるパワーハラスメントをめぐる労働者と事業主との間の紛争について、都道府県労働局長の判断により、第三者機関である紛争調整委員会（弁護士や大学教授などの専門家で構成）が当事者間の話し合いを仲介し、解決を図る制度です。

この制度の特徴としては、①非公開で行われること、②簡便な手続で利用できること、③無料で利用できること、④専門家が中立・公正な立場で関与することが挙げられます。

現状では、労働者側からの申請が大半を占めていますが、事業主側から申請することも可能です。

なお、会社による事実確認の結果、パワーハラスメントの有無について当事者間の主張が対立し、社内での解決が困難な場合には、このような第三者機関による調停制度の活用も選択肢の一つとなります。

詳しくは、岐阜労働局 雇用環境・均等室（058-245-1550）へお問い合わせください。

岐阜県最低賃金が改正されます - 56円アップ -

大垣労働基準監督署

岐阜県最低賃金

時間額 1,121円

2026年 10月 1日から

岐阜県最低賃金は岐阜県内すべての事業場、すべての労働者（パート・アルバイトを含む）に適用されます。この改正にともない賃金改定を行う際は、賃金計算期間の途中であっても10月1日以降の賃金が1,121円以上 となっていることが必要です。

ハローワークからの情報です

ハローワーク大垣

特定求職者雇用開発助成金（特定就職困難者コース）のご案内

高齢者、障害者、母子家庭の母などの就職困難者を雇用する事業主をサポートします！

高年齢者、障害者、母子家庭の母などの就職困難者を、ハローワークや民間職業紹介事業者などの職業紹介により、継続して雇用する労働者として雇い入れる事業主に、助成金を支給します。 助成額 30万円×2期 合計60万円

※まずは、求人提出が必要です。

お問い合わせは、ハローワーク大垣助成金コーナー（0584-73-9296）まで。

ミドルシニア世代を雇用しませんか！

ハローワークでは「就職氷河期世代を含む中高年層（ミドルシニア：35～59歳以下）」で、正社員雇用の機会に恵まれなかった方の就職支援を行うため、対象者を募集する正社員求人の受付をしています。また、ミドルシニア求人で募集されている事業所に対して、職場見学会や企業面談会などのイベントをご提案しています。

お問い合わせは、ハローワーク大垣職業相談第2部門（0584-73-9294）就職支援コーディネーターまで。

育児休業等給付の申請手続きを見直します！！

育児休業等給付の申請手続きを行いやすくするため、令和8年8月1日から、事務取扱いが見直しされました。主な見直しは下記のとおりです。

- ①出生時育児休業給付金の申請時に申告する賃金について
- ②出生後休業支援給付金の配偶者の確認書類について
- ③育児時短就業給付の支給要件の確認について

※適用期日は令和8年8月1日以降に申請されるものから適用されますが、一部取扱いが異なりますので、ご注意ください。

詳しくは厚生労働省ホームページをご確認いただき、ご不明な点はハローワーク大垣雇用保険課適用係（0584-73-9298）まで。

10月29日（木）労務管理セミナーを開催します



大垣労働基準協会は、大垣労働基準監督署、（一社）岐阜県経営者協会西濃支部ほかの共催で、10月29日（木）13:30～大垣市情報工房5階シンクホールにて労務管理セミナーを開催します。本年度は「人材の確保と安心して働き続けてもらう職場づくり」をテーマとします。大垣労働基準監督署から、労働基準監督署の相談窓口在最近多く寄せられる労働相談の内容について、岐阜労働局から厚生労働省がすすめる「仕事と病気治療の両立支援」について説明を行います。講演では、ぎふ働き方改革推進支援センター副所長吉岡かおり氏より「人材確保につながる労務管理」と題しての講演を行います。

多くのみなさまのご参加をお待ちしております。

事務局・部会活動報告 大垣労働基準協会

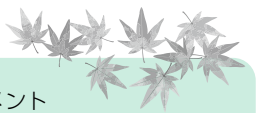
【事務局】

- 7/2 労働保険事務組合連合会大垣幹事会
- 7/7 1日労働基準監督署長（株）岐建）
- 7/29 労働保険事務組合連合会県支部研修会
- 9/3 全国労働衛生週間準備講習会

※詳細は協会ホームページに掲載しています。写真、資料等をあわせて掲載していますのでぜひご覧ください。

【専門部会】

- 6/11 採土部会 研修会
- 6/17 コンクリート製品部会 研修会
- 6/30 機械金属部会 幹事会
- 7/8 化学部会 定例会
- 8/20 機械金属部会 研修会



相談の窓

10月1日から「職場におけるカスタマーハラスメント（カスハラ）」と「求職者等に対するセクシュアルハラスメント（求職者等セクハラ）」について、防止のための措置が企業に義務づけられます。それぞれにつき、会社の方針を明確にし、相談窓口や担当者を含め、マニュアルを作成する等の必要な体制を整備して、それを従業員等に周知しなければなりません。特に「求職者等セクハラ」は、社内だけでなく求職者等にも周知を行わなければならないと、10月1日以降に行う採用活動では対応ができていないといけません。

ところでこの2つのハラスメント、労務相談等で会社の担当者とお話していると、「誤解ですよ!」ということが幾つもあります。

【誤解その1】カスハラは「消費者」だけが相手ではない

「うちは直接お客さんが相手の仕事じゃないから関係ないよ。」とよくお聞きますが、違います。カスハラは「BtoC（企業対消費者）」だけでなく、「BtoB（企業対企業）」も含み、取引先や顧客企業等の担当者との言動も該当します。また、施設の近隣住民が対象となる場合もあります。外部との関わりが一切無いという状況以外は、どの会社もカスハラ対策は義務となります。消費者が対象の場合は、自社の方針やルールをホームページに掲載したりポスターを掲示したり、比較的わかりやすい対策が考えられます。一方、取引先等に対しては判断が難しいケースが多く、対応に悩まれることも多いと存じます。まずはアンケート等で現状把握をして、自社の実情に合わせてルールを整備することが重要です。

【誤解その2】求職者等セクハラの対象は新卒だけではない

「うちは新卒採用をしていないから関係ないよ。」も、よくお聞きますが、全く違います。「求職者等」には、新卒学生だけでなく中途採用も含まれます。また、求職者以外でも会社の採用活動に参加する人や教育実習生も対象となります。対象となる「求職活動等」も、会社の採用面接だけでなく、就職説明会やインターンシップ、OB・OG訪問、教育実習等、懇親会、オンライン面談も該当します。最近では、自社の従業員から応募者を紹介してもらう「リファラル採用」を導入する企業も増えていますが、たとえば自社の従業員が紹介希望の知人に会社の説明を飲食店で行う等の場合も、ハラスメントが起らないようなルールづくりが求められます。

これまでの職場におけるハラスメントと異なり、今回の2つのハラスメントは社外の人が大きく関係するため、従来の規定や厚労省モデルがそのまま使えない場合が多く、会社ごとに実情に合わせた対応が大切です。ぜひ基準協会の無料労務相談もご利用ください。
(文責: 社会保険労務士 浅野りよ子)



詳しくはこちら

(独) 勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

毎年10月は加入促進強化月間です。

簡単
● 退職金試算額もお知らせ

有利
● 外部積立型で管理が簡単
● 掛金は全額非課税
● 助成
● 掛金の一部を国が

安心
● 確実な退職金支払
● 安心の資産運用

中退共の退職金制度なら

中小企業を、応援します。

退職金

*** 各種講習会のお知らせ【大垣地区開催分】 *** 10月～1月実施分

* 受講案内、申込書は当協会ホームページより最新版をダウンロードしてご利用ください。* 定員になり次第締切ります。

* 申込先	(一社) 大垣労働基準協会	TEL 0584-73-2272	FAX 0584-73-2257
* 講習会場	大垣市職業訓練センター	大垣市西大外羽1-226-1	他

講習名	開催日	講習名	開催日
鉛作業主任者技能講習	10月1日(木)～2日(金)	フォークリフト運転技能講習	(学科) 11月16日(月) (実技) 11月17日～19日、24日～26日
フォークリフト運転技能講習	(学科) 10月13日(火) (実技) 10月14日～16日、19日～21日	自由研削と石取替試運転特別教育	11月27日(金)
フルハーネス型墜落制止用器具特別教育	10月22日(木)	アーク溶接作業特別教育	12月7日(月)～8日(火)
玉掛技能講習	(学科) 10月26日(月)～27日(火) (実技) 10月30日(金)	保護具着用管理責任者教育	12月11日(金)
併合講習(玉掛技能講習・クレーン運転(5t未満))	(学科) 10月26日(月)～27日(火) (実技) 10月28日(水)～29日(木)	局所排気装置定期自主検査者講習	12月21日(月)～23日(水)
危険予知訓練(KYT)活動トレーナー養成	10月27日(火)～28日(水)	玉掛技能講習	(学科) 1月12日(火)～13日(水) (実技) 1月18日(月)
化学物質管理者講習(準ずる講習)	11月2日(月)	併合講習(玉掛技能講習・クレーン運転(5t未満))	(学科) 1月12日(火)～13日(水) (実技) 1月14日(木)～15日(金)
酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者	11月4日(水)～6日(金)	粉じん作業特別教育	1月14日(木)
乾燥設備作業主任者技能講習	11月11日(水)～12日(木)	酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者	1月20日(水)～22日(金)

事務局長 編集後記

今年の7月、私の熱中症・脱水症体験です。午後からの屋外での仕事を終えて、夕方から屋内での仕事でしたが、ここで激しいめまいをとまなつて倒れました。暑い中での屋外での間、のどの渇きを感じなかったので水分摂取を怠っていました。国の熱中症防止ガイドラインには「脱水状態であっても自覚症状に乏しい場合がある」、「のどの渇きの有無にかかわらず定期的な水分摂取に努める」、とあります。私の失敗をみなさんの「熱中症重症化Zero」に役立ててください。「のどの渇きの有無はあてにならない、のどが渇く前から定期的に水分の摂取を」(よ)



ゼロ災つむりくん