

職場における熱中症対策の強化について

～令和 7 年 6 月 労働安全衛生規則改正～

熱中症の重篤化を防止するため「体制整備」「手順作成」「関係者への周知」が事業者[※]に義務付け

対象となるのは「WBGT 値 28 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 時間を超えての実施」が見込まれる作業[※] 訪問看護の訪問先・夏場の車内環境は様々。対象作業とみなして対策します。

1. 体制整備

- ①利用者宅では、利用者等へ適温湿度を勧める。それでも高温多湿環境にならざるを得ない場合には訪問時間を短縮する(滞在 40 分以内)。特に PPE(個人用防護具) が必要なときは、可能な限り訪問時間を短縮させること。
- ②事業所内では 25～27℃、40～60%を目安にエアコンを運転させる他、各自の暑さ寒さに関する希望を自由に発言できるようにする。各自飲料水を準備する。
- ③車内ではエアコンやサンシェードを使用する。ガソリンはこまめに給油する。
- ④無理のない訪問スケジュールを組む。入浴支援の訪問が続いていないか確認し、調整する。

2. 手順

①職業の特性

基本的に、他のスタッフによって熱中症を発見されることはないと思って、自己管理を第一に判断・行動すること。

②事前準備

- ・体調管理：睡眠不足、朝食を抜く、二日酔い等に注意する。
- ・暑熱順化：高温多湿作業場所では、暑熱順化(熱に慣れ当該環境に適応すること)の有無が熱中症の発症リスクに大きく影響する。訪問看護も、猛暑夏前に、スポーツや入浴・サウナ等による暑熱順化を図る。
- ・水分用意：各自水分補給に努める。訪問に水筒やペットボトル飲料を携行すること。
- ・緊急時使用物品：OS-1 経口補水液 2 個と、瞬間冷却剤 1 個を車に載せておくこと。
- ・その他：各自必要に応じて、支給しているネッククーラーや冷感ポンチョ等を利用して熱中症対策をする。

③対応

- ・自覚症状以上に脱水状態が進行していることがあること等に留意の上、自覚症状の有無にかかわらず、水分及び塩分の定期的な摂取、休憩をとること。
- ・複数名訪問の場合は、お互いに水分摂取量や顔色に問題ないか声を掛け合うこと。
- ・重症度Ⅰの時点で休憩をとり、身体を冷やす。管理者へ連絡する。
重症度Ⅰ：大量発汗、手足のしびれ、眩暈・たちくらみ、筋肉のひきつり・こむらがえり、気分不快、ボーっとする。
重症度Ⅱ：頭痛、嘔気・嘔吐、倦怠感。
重症度Ⅲ：意識消失、体の痙攣、おかしい言動、高体温。
重症度に応じて、訪問担当の交代、身体の冷却、医療機関への受診が必要か判断する。

また、厚生労働省のマニュアルを参照しながら対応する。

3. 周知

利用者の熱中症症状観察とともに、自分自身についても1, 2の項目に従い、十分に熱中症対策をしてください。