

## 02

# 危ない状況と対策

## 1. 建設現場(屋外)編

1. 直射日光が当たる	13
2. 照り返しが強い	14
3. 風通しが悪い	15
4. 重量物を運ぶ	16
5. 休憩場所まで遠い	17
6. 持ち場から離れられない	18

# 1. 直射日光が当たる

**!** 暑さ指数が高くなる

対策

日陰を作る

日陰の所から作業

早出・早帰り

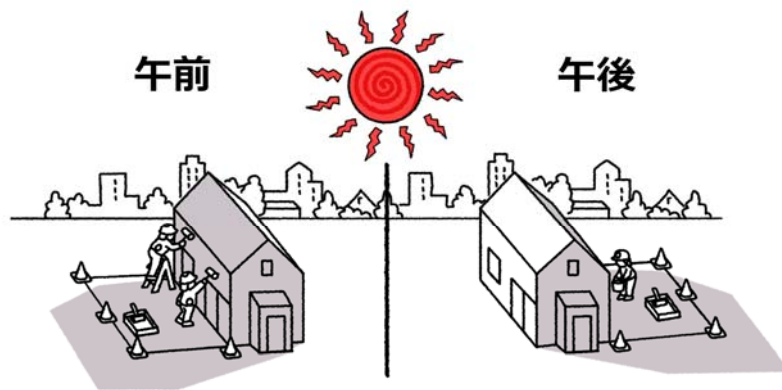
水分  
塩分  
p37  
-38

休憩  
p44

予防対策  
グッズ  
p45



テントで日陰を作る



日陰の所から作業



遮れないときは  
予防対策グッズで身を守る

## 2. 照り返しが強い

**!** 地面近くの気温が著しく上昇する

対策

打ち水

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

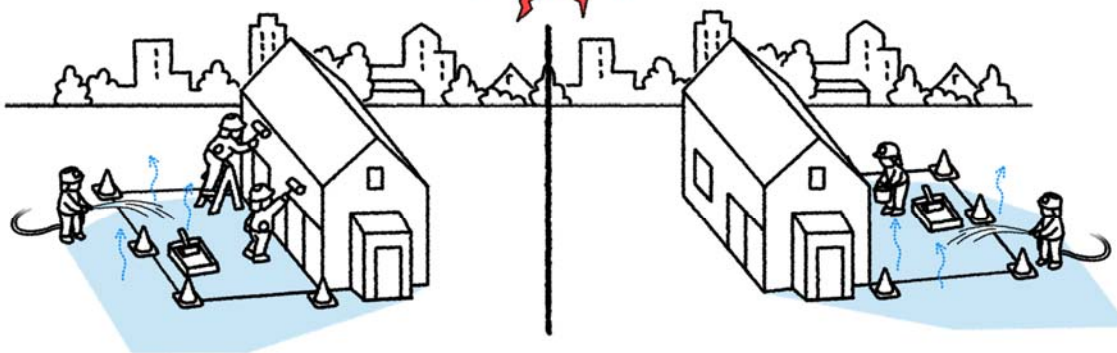
p45

「打ち水」は、日差しが強くない時間帯（早朝・夕方）に行う

早朝



夕方



打ち水



昼間の炎天下で水をまくと  
逆に蒸し暑くなってしまう



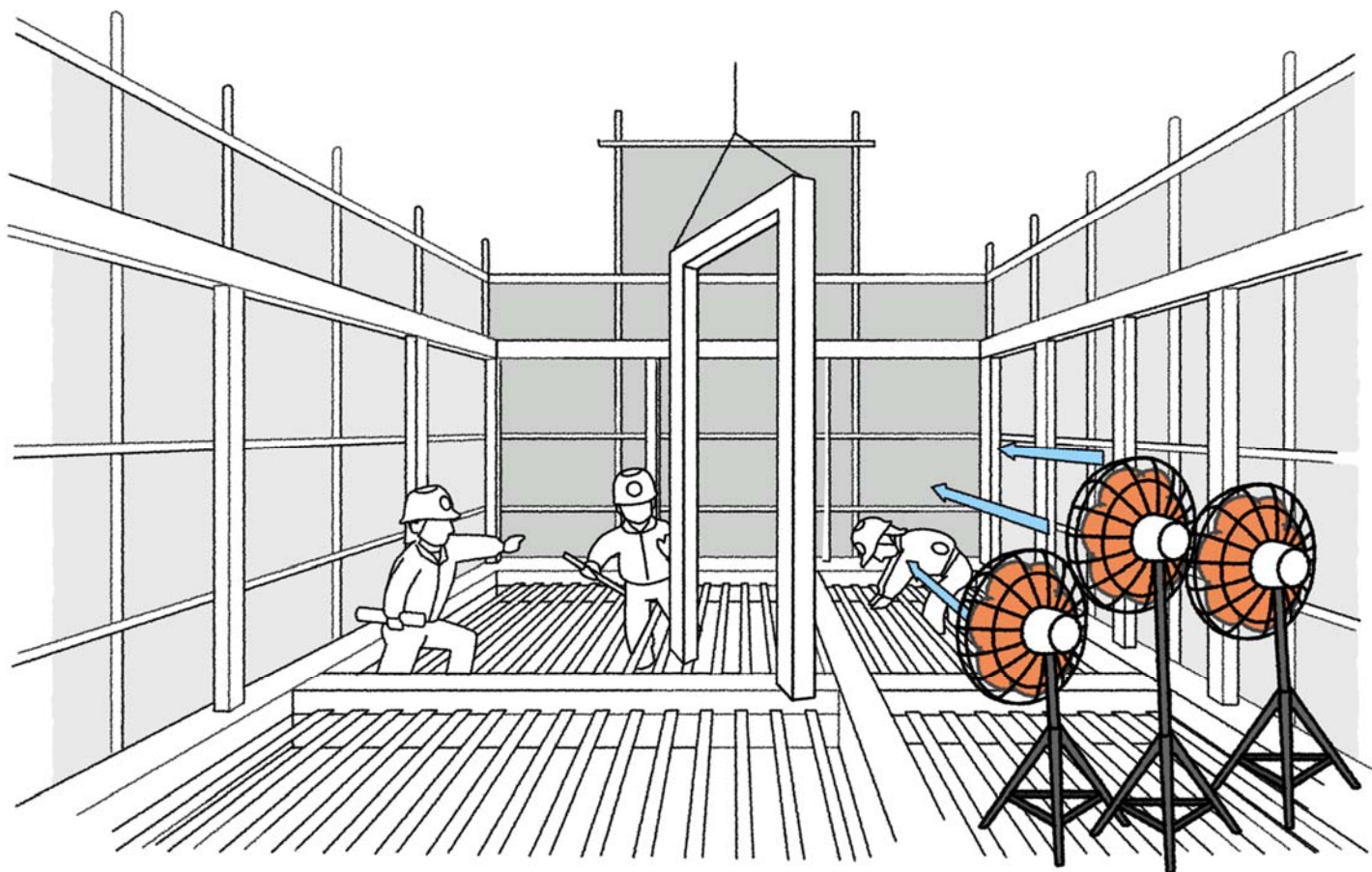
休憩時に身体を冷却

### 3. 風通しが悪い (養生シート等で覆われている)

⚠ 高温多湿になる

対策

大型ファンで気流を作る



## 4. 重量物を運ぶ

**!** 身体に過度の負担がかかる

対策

台車

リフター

2人で作業

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

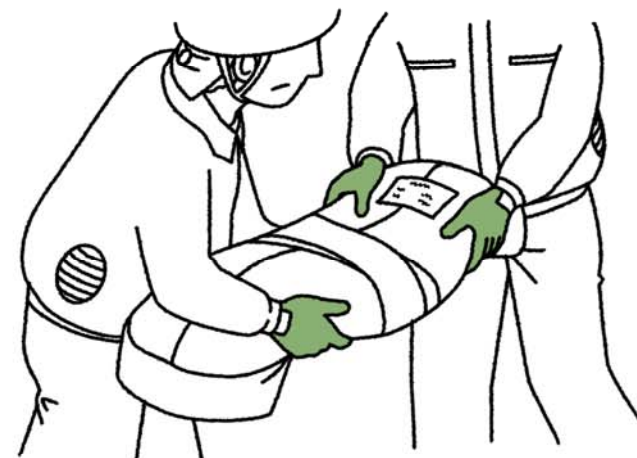
p45



台車



リフター



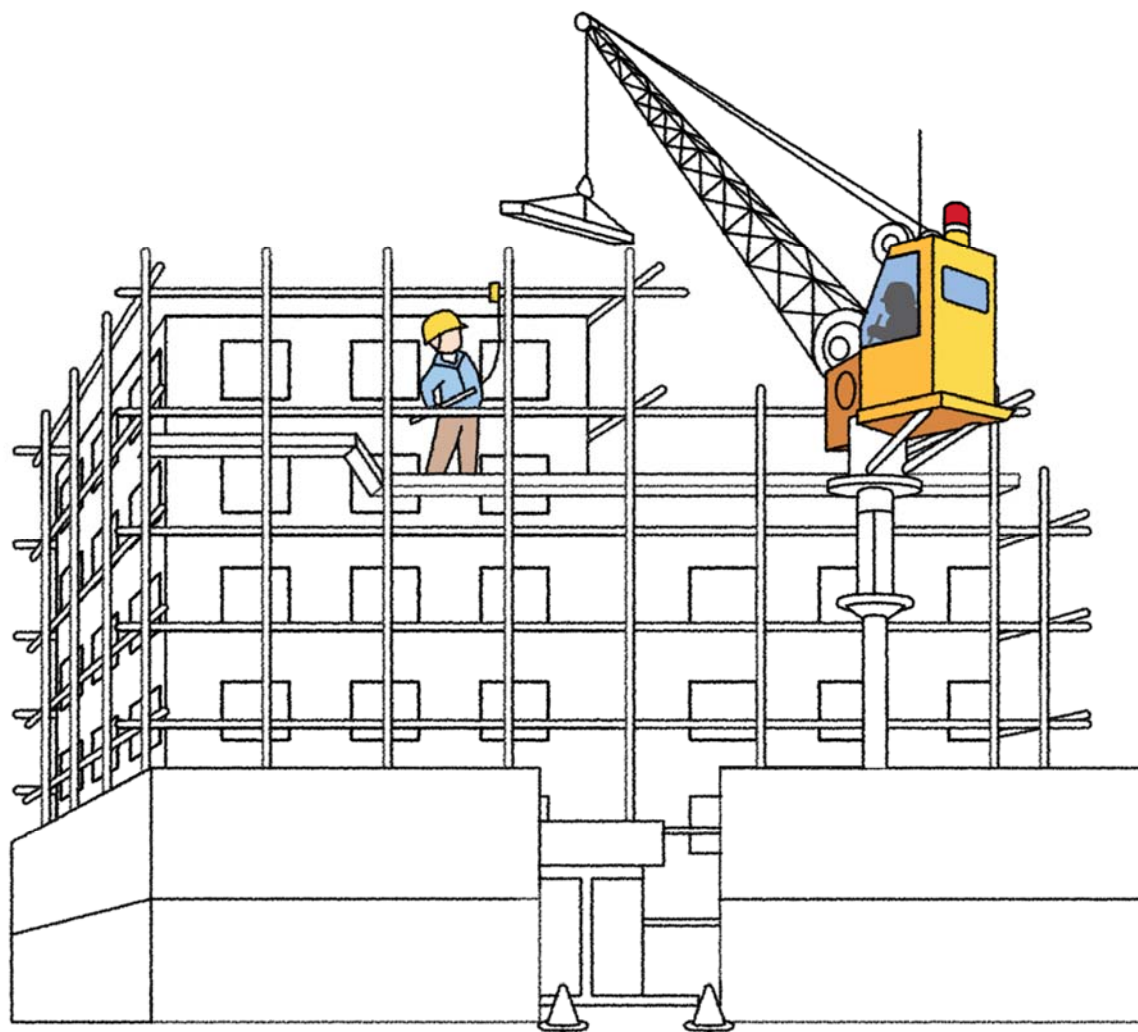
2人で作業

## 5. 休憩場所まで遠い

! 往復だけで休憩時間がなくなる

対策

移動時間を考慮した休憩時間の設定



事業者・管理者の方へ  
移動時間 ≠ 休憩時間  
ご配慮ください

## 6. 持ち場から離れられない ⚠ 交代要員がおらず休憩を取りづらい

対策

周囲の作業員に声をかけて休憩

水分  
塩分

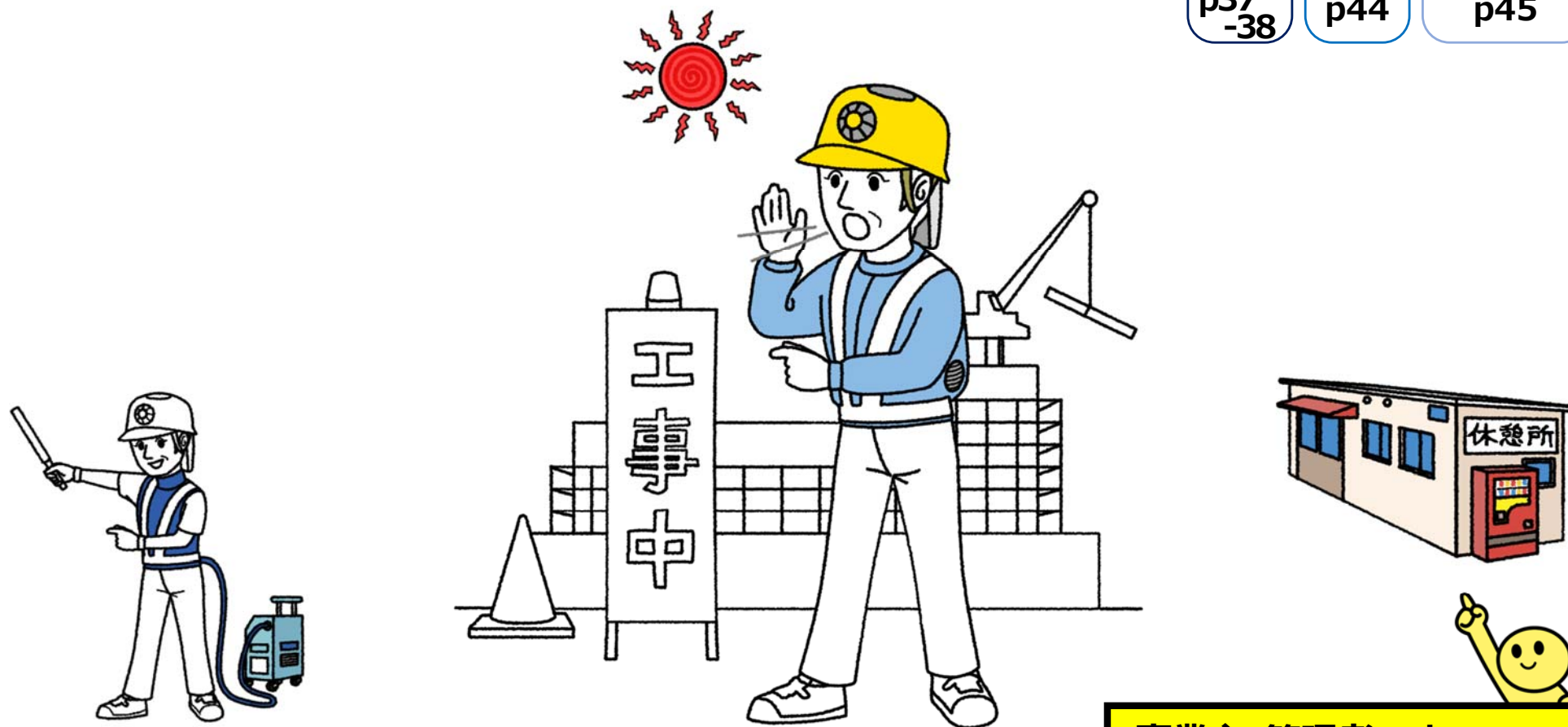
p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



冷却ベスト (チラー)

冷却水が常に冷却ベストの中を循環するので  
空調がない場所でも確実に身体を冷却できる

事業主・管理者の方へ

現場の休憩所を使えるよう  
交渉してください

# 02

## 危ない状況と対策

### 2. 製造現場(屋内)編

1. 炉がある	20
2. 熱源がある	21
3. 日当たりが良い	22



# 1. 炉がある

**!** 周辺は高温になる

対策

予防対策グッズの使用

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



## 2. 熱源がある

 周辺も暑くなる

対策

遮熱板で仕切る

水分  
塩分

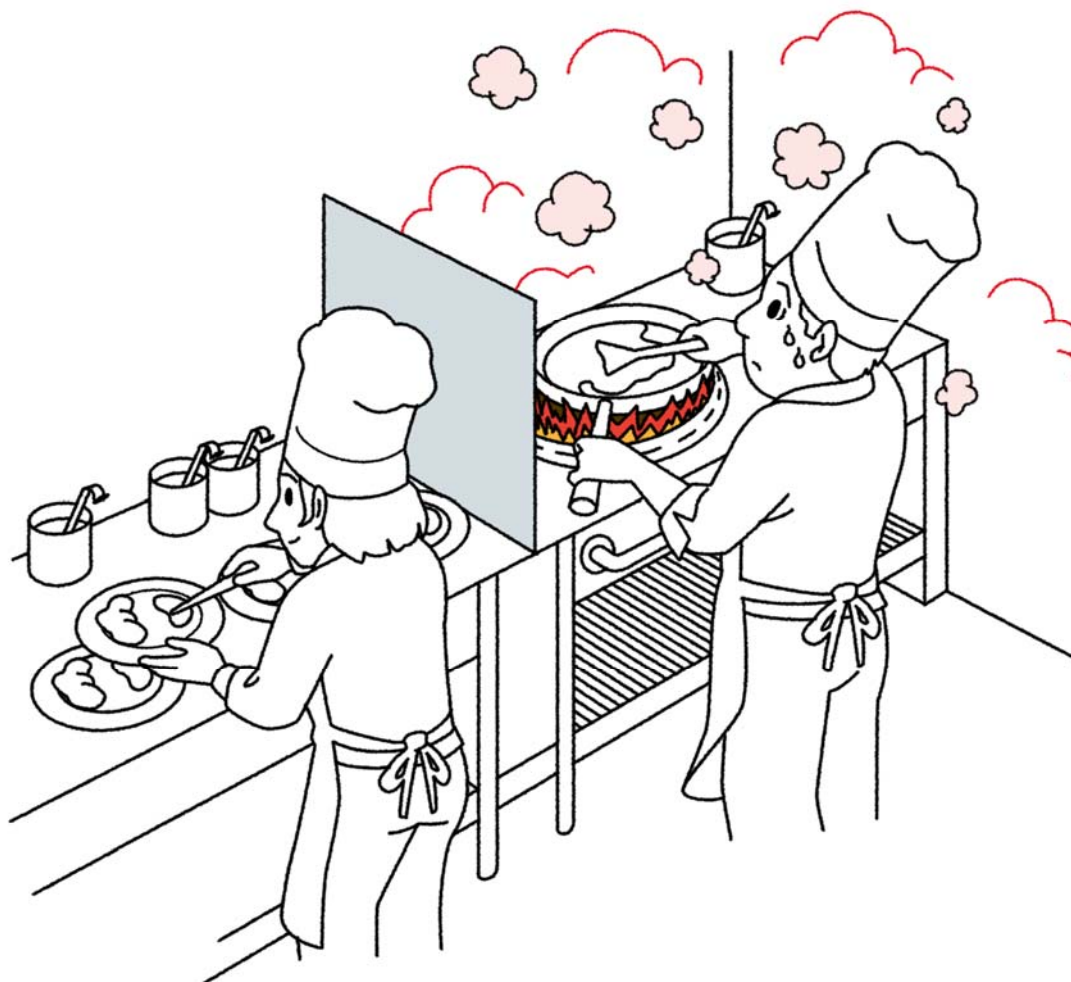
p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



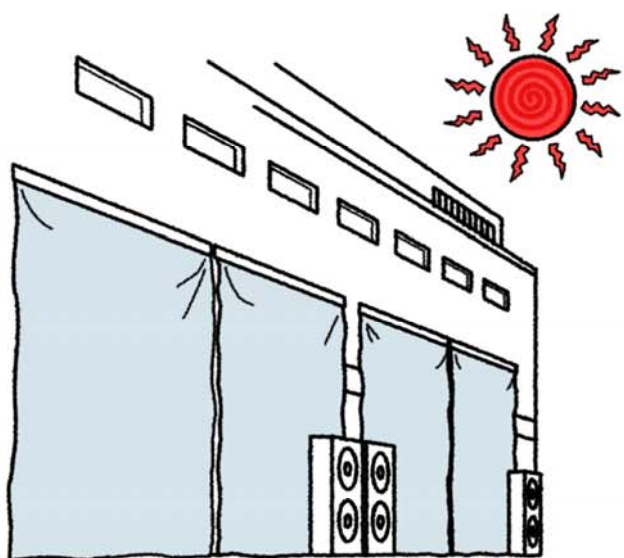
### 3. 日当たりが良い

⚠ 建物が熱くなり、冷房効率が悪化する

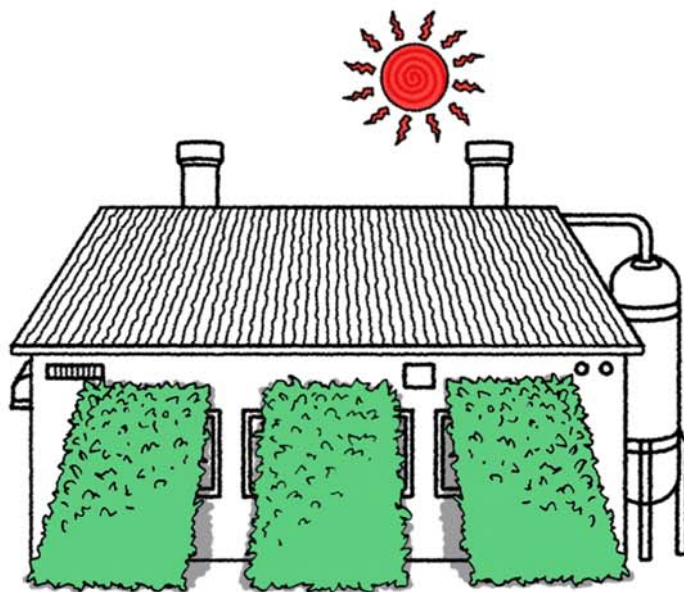
対策

窓に遮光シートを貼る

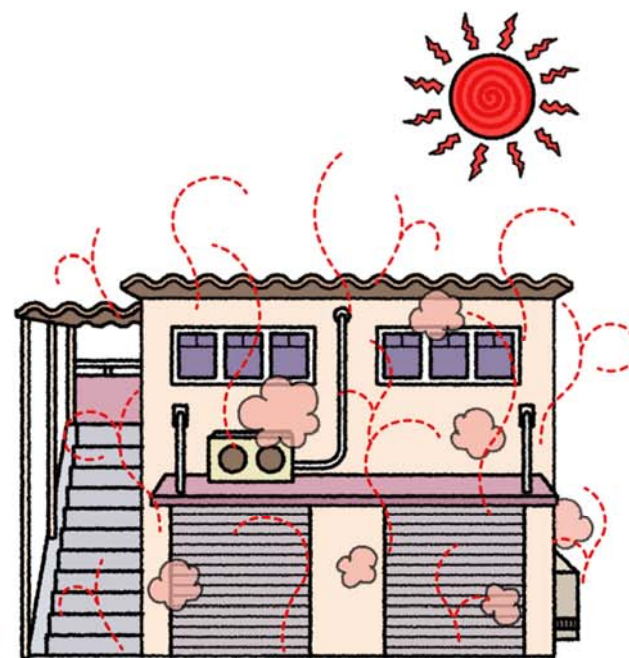
壁面緑化



遮光シート



壁面緑化



屋根に照り付けた熱気は時間差で階下に降りてくる  
建物全体が熱を持ち、**室内の暑さは夕方ピークに**

## 02

# 危ない状況と対策

## 3. その他現場 編

1. 宅配	24
2. 引っ越し	25
3. 冷蔵・冷凍倉庫	26
4. ビルメンテナンス	27
5. 調理場	28
6. ビニールハウス・山林・畜舎	29

# 1. 宅配

**!** 規則的な休憩が難しい

対策

こまめに休憩（日陰）

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



こまめに休憩（日陰）



窓を開けて走る  
（温度差を作らない）



給水ボトル



## 2. 引っ越し

 身体に高負荷、暑さ指数が低くても高リスク

対策

こまめに休憩（日陰）

台車

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



こまめに休憩（日陰）



台車



TOILET



客先でトイレを借りられず  
水分摂取を我慢することがある

事業者・管理者の方へ  
客先のトイレを借りよう  
交渉してください

### 3. 冷蔵・冷凍倉庫

 内外の気温差で夏バテ状態になる

対策

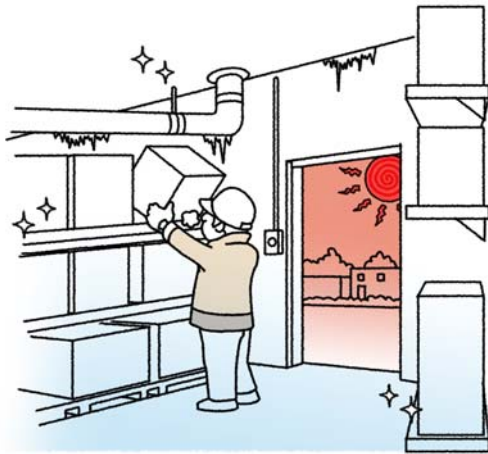
重ね着をして、脱ぎ着して体温調整

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44



気温差で汗をかきにくい



脱ぎ着して体温調整



水分を一気にとると  
お腹を壊すことがある

# 4. ビルメンテナンス

**!** 夜間は、空調設備が停止して高温多湿

対策

通気性の良い作業帽

単独作業を避ける

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45

通気性の良い作業帽



単独作業を避ける



事業主・管理者の方へ  
作業中は空調システムを稼働  
させるよう交渉してください



# 5. 調理場

**!** エアコンが効かず、輻射熱で体温上昇

対策

通気性の良いコックコート着用

グリスフィルターの清掃

水分  
塩分

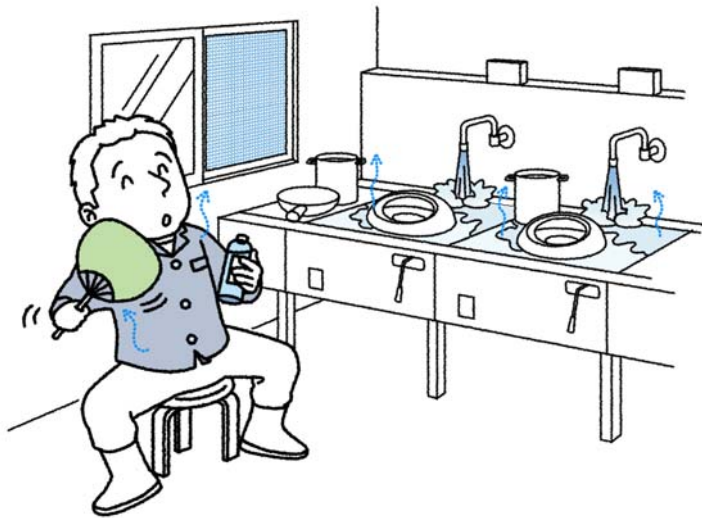
p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45



通気性の良いコックコート着用



グリスフィルターの清掃



グリスフィルターが汚れているとうまく排気できず厨房内の温度が上昇する

# 6. ビニールハウス・山林・畜舎

**!** 暑さ指数が極めて高い

対策

早朝作業

日陰で休憩

水分  
塩分

p37  
-38

休憩

p44

予防対策  
グッズ

p45

