

# 衛生委員会 議事録

日時	2022年6月23日			18:15	～	18:45		
場所	とうざい株式会社 1階事務所							
参加者	○	曲道英治	○	境力	○	小笠原さやか	○	高木伸也
		山道隆		三浦千晴		笠置京子		

※氏名の前の「○」は参加、「空欄」は不参加

議題	審議内容
<p>1. 各事業所からの報告</p>  <p>2. 今月のテーマ 熱中症対策について</p>          <p>3. 次回</p>	<p>本日は事務所内メンバーのみで資料確認での開催 特に報告はありません</p> <p>熱中症対策について 熱中症に注意しなければならない季節がやってきます！ 熱中症とは改めて…高温多湿な環境に私たちの体が適応できないことで生じる様々な 症状の総称のことをいいます。具体的には次のような症状が現れます。 ①めまいや顔のほてり②筋肉痛や筋肉の痙攣③体のだるさや吐き気 ④汗のかき方がおかしい⑤体温が高い、皮膚の異常⑥呼びかけに反応しない ⑦まっすぐに歩けない⑧水分補給が出来ない 等の症状が出たら熱中症の疑いありです</p> <p>梅雨時期の熱中症について 夏本番を前にじっとりとした湿気と共に気温も上昇するのが6月、この時期はまだ 暑さに身体が慣れていなく十分に適応できないため、特に注意が必要です。 梅雨時期は湿度が高い為汗が蒸発しにくく身体に熱がこもりやすいです。 6月だから、まだ夏本番じゃないからという油断は禁物！ 水分補給やこまめな休憩など、できることから対策をはじめていきましょう。</p> <p>まず、熱中症を疑う症状があるときは、呼びかけをして反応がない場合や反応が 鈍い場合は迷わず救急車を呼びましょう。 呼びかけがある場合は涼しい場所へ避難し服を緩め体を冷やします。水分を自力で とることができるのであれば飲ませましょう。（塩分補給も）症状が良くならない 場合は、医療機関を受診しましょう。 体を冷やすときは、動脈の通る部位を冷やすことも効果的です。 このときに飲ませる水分は電解質を含んだ飲料が良いとされています（経口補水液） 無いときは、ペットボトル1本に食塩約2つまみとスティックシュガー5本を混ぜて 作ることも出来ます。</p> <p>一番は予防を徹底して熱中症にならないように対策をとること！職場では一人での 作業をしないようにしたり、常に飲料と塩分を補給できるようにしておいたり、 休憩も定期的にするなどの対策が可能です。 また、コロナ禍では、マスクの着用によりなお熱中症に注意が必要ですので 人との距離があるときはマスクを外す等の対策もしっかりしましょう。 まずは暑さに負けない体づくりも大切です。適度な運動を毎日続けてみましょう！</p> <p>次回は2022年7月28日（木）、テーマは衛生委員会について、その他です。 どうぞよろしく願いいたします。</p>

とうざい株式会社

添付資料：熱中症について

承認	審査	担当
曲 道	小 笠 原	境

2022年6月28日 作成