

最前線で活躍するスタッフのみなさんへ

No.8

[フロントライナー] Frontliner

株式会社日本保健衛生協会
大阪本社
サニタリーG
発行責任者/大阪本社サニタリーG

8
2023
August

スタッフの皆さま、日々の業務に尽力いただきありがとうございます。

梅雨が明け、記録的な猛暑となっております。熱中症にはくれぐれもご注意くださいたく存じます。

また、こまめな水分・塩分補給、体を冷やすことを心掛けていただきますようお願い致します。

今回のテーマはお客様よりご指摘いただいた事例をご報告致します。

皆様の現場で同じような指摘を頂くことが無いようご留意いただければと思います。

従業員のみ閲覧可

《猛暑時の停電は熱中症リスクが増大》

先日、沖縄本島地方に台風が停滞し、停電や家屋の損壊など被害が甚大となっております。そこで、猛暑時に停電した場合の熱中症リスクと対応についてお伝えします。

⚡夏は様々な気象で停電が起こりやすくなります⚡

- ・ 台風による暴風
- ・ 台風の大雨による土砂災害
- ・ 台風の大雨による浸水
- ・ 大気が不安定になって発生する落雷 など



○水分補給

まず、水分補給を行うよう心掛けて下さい。コーヒーや緑茶・アルコールなどは利尿作用があるものは避け、水・スポーツドリンクなどを飲むようにして下さい。



○体を冷やす

・ 保冷剤

冷凍庫に保冷剤等がある場合は、太い血管がある首に当ててください。

保冷バッグがあれば、冷蔵庫や冷凍庫のものをその中に入れて保管しましょう。電源が切れて数時間たった冷凍庫や冷蔵庫に比べると保冷力が高く、凍った食材や氷なども入れることができれば、保冷バッグの保冷力はさらにアップします。

・ タオル、水風呂

保冷剤がない場合は、タオルを水で濡らして首に巻きましょう。また、水風呂に入って体を冷やすのも効果的です。



・ 車のエアコン

車のエアコンで体を冷やすのも効果的です。車のエアコンはガソリンがあれば使えるので、停電時でも体を冷やすことができます。

普段からガソリンが半分くらいになったら給油する習慣をつけておきましょう。

☆ついでながら、熱中症に関するニュースをお伝えします☆

「熱中症で救急搬送されている方、だいたい水分補給ができています」という記事を読みました。脱水症は熱中症の一部の症状で、体が熱くなり、汗をかくことで体から水分が失われ、脱水症になります。

水分補給は熱中症の対策の一つではありますが、体が冷えないと熱中症になってしまいます。上記にも記載しておりますが、**太い血管(首・脇の下・足の付け根など)**を冷やすよう心掛けて下さい。