

梅雨どき急な降雨に注意

梅雨の時期を迎えました。河川・砂防工事だけではなく道路・建築工事等においても、事前に現場内の資材や排水等の状況を確認し、下記の対策項目について十分注意して下さい。

また、近年、短時間に局所的に猛烈に降る雨（ゲリラ豪雨）が頻発しています。降雨時には気象情報等を収集し、早めの対策により、事故防止に努めましょう。

【水害対策7箇条】

- ① 水対策を十分に…降雨量が増えると排水設備の許容量を超える恐れがあります。
- ② あなほこ、段差を日々点検…降雨により、バイク等事故の原因になります。
- ③ 濡れた路面にご用心…濡れた覆工板で滑りやすくなります。
- ④ 緩んだ斜面は恐ろしい…切土法面、盛土等は降雨で崩れやすくなります。
- ⑤ 機械の設置場所には注意…地盤の緩みで機械が転倒する危険があります。
- ⑥ 大雨の後には安全点検…地盤の緩み、崩落・陥没等思わぬ危険があります。
- ⑦ 点検巡視は複数で…単独では、点検中に事故にあった場合、連絡が取れません。



川の防災情報（国土交通省）を活用するなど、情報収集に努めましょう

<http://www.river.go.jp/kwabou/ipTopGaikyo.do>



熱中症に注意

☞熱中症とは？

人の体は、常に熱を作り出す一方、汗をかき皮膚から熱を逃がすことで、体温の上昇を抑えています。このような体温の調整機能がうまく働かず、体内に熱がこもり、体温が以上に上昇することで熱中症は起こります。

熱中症は正しい知識と適切な行動で防ぐことができます！

☞熱中症はいつなる？

熱中症は真夏日や日差しが強いときだけに起こるわけではありません。気温が低くても、湿度が高いと、汗が蒸発しにくくなり、熱中症の危険が高くなります。また風が弱いときは、汗をかいても体にまとわりついて蒸発しにくくなり、体温を下げる効果を弱めてしまいます。

そのため「暑さ指数」を目安に熱中症対策をしましょう！

☞「暑さ指数」とは？

「暑さ指数」とは、気温と湿度と輻射熱を組み合わせた指標で、専門的にはWBGT（湿球黒球温度）と呼ばれています。「暑さ指数」は、気温だけよりも熱中症発生の目安となります。熱中症の予防情報はこの暑さ指数をもとにしたものです。

詳しくは、熱中症予防情報HPを確認してください。

また**日々の予防対策としても活用しましょう！**

国土交通省発注工事における熱中症対策について

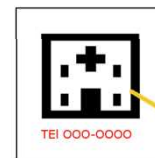
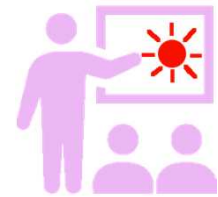
http://www.mlit.go.jp/report/press/kanbo08_hh_000409.html

環境省 熱中症予防情報サイト <http://www.wbgt.env.go.jp/>

☞作業前、作業中には

- ・熱中症予防情報サイト（環境省）などで情報収集
- ・自分の健康状態をこまめにチェックして、早めに対処
- ・お互いの健康状態に留意し、作業前・作業中に声を掛け合う
- ・暑さや作業強度に合わせて計画的に休憩を指示する
- ・日頃から体調不良を訴えやすい、相談できる雰囲気を作る
- ・体調不良時は我慢をせず、不調を伝える

いざというときに連絡できる医療機関を調べておき、すぐに連絡できるよう、わかり易い場所に掲示しましょう



熱中症対処・判断チャート (環境省熱中症予防情報サイトをもとに作成)

チェック1
熱中症を疑う症状がありますか？



上の症状だけでなく、少しでも「おかしいな」と感じたら、休息・声掛けをしましょう

チェック2
意識がありますか？



意識がある

意識がない
返事がおかしい

救急車を呼ぶ



涼しい場所へ避難



救急車を待っている間に…
涼しい場所へ避難



ベルト・服をゆるめ体を冷やす (注意1)



服をゆるめ体を冷やす (注意1)

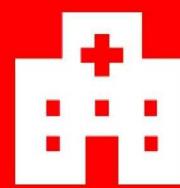


チェック3
水分を自力で摂取できますか？ (注意2)

摂取できない

摂取できる

医療機関へ搬送



処置を即座に開始するためにも、発症時の状況を知っている人が付き添い、情報を積極的に伝えましょう

チェック4
症状がよくなりましたか？

回復しない

良くなったようでも決して一人にせず、経過を観察してください

注意1 可能な限り、早く冷やす必要があります

- ① 露出させた皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などでおおぐことで体を冷やします
- ② 氷のうなどがあれば、それを首すじ、脇の下、大腿の付け根、股関節あたりに当てることも有効です

注意2 以下の時には無理に水を飲ませないでください

- ・呼びかけや刺激に対する反応がおかしいとき (水分が気道に流れ込む可能性)
 - ・「吐き気を訴える」ないし「吐く」とき (すでに胃腸の動きが鈍っている証拠)
- 経口で水分を入れるのが禁物の場合もあります。無理をさせず、医療機関へ搬送してください



☞特に・・・

- ・暑くなりはじめの時期
- ・梅雨の中休みや9月以降の暑さのぶり返し時
- ・たとえ冷夏でも、前日より気温が急になる日は注意が必要です。

☞注意が必要な人は・・・

- ・暑さに慣れていない人
- ・風邪・下痢・二日酔いなど、脱水状態にある人
- ・心臓疾患・糖尿病や高血圧症など、熱中症の発症に影響を与える恐れのある疾患の人
- ・体調不良の人