

# STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン



ロゴマークは  
東京労働局HPから  
ダウンロードできます

## 第14次東京労働局災害防止計画推進中!



前日チェック	<input checked="" type="checkbox"/> 仕事前日の飲酒は控えめに	仕事前チェック	<input checked="" type="checkbox"/> よく眠れたか	仕事中チェック	<input checked="" type="checkbox"/> 単独作業を避け、声をかけ合う
	<input checked="" type="checkbox"/> ぐっすり眠る		<input checked="" type="checkbox"/> 食事をしたか		<input checked="" type="checkbox"/> 監督者は現場パトロール
	<input checked="" type="checkbox"/> 熱中症警戒アラートの確認		<input checked="" type="checkbox"/> 体調は良いか		<input checked="" type="checkbox"/> 水分・塩分の補給
	<input checked="" type="checkbox"/> 二日酔いしていないか		<input checked="" type="checkbox"/> こまめに休憩		
	<input checked="" type="checkbox"/> 熱中症警戒アラートの確認				



# いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え

立ちくらみ・めまい

イライラしている

フラフラしている

あれっ、何かおかしい

ボーッとしている

手足がふる



吐き気

汗のかき方がおかしい

すぐに疲れる

## 「命を救う行動」 ▶ 作業員の様子がおかしいと思ったら...



すぐに**119**番



②

救急車が到着するまで

作業着を脱がせ  
水をかけ全身を

**急速冷却**



③

救急搬送  
▼  
生還

すぐに**119**番 ▶ 水をかけ、全身を『**急速冷却**』！