

MKP ～安全衛生ニュース～

～熱中症とコロナウイルスからカラダを守ろう！～

今年も暑くなる季節がやってきました。暑くなるにつれて気になるのが【熱中症】です。熱中症の初期症状は、主にめまいや筋肉の緊張、大量の発汗などです。また、本年も引き続き、熱中症の予防と同時にコロナウイルス感染症への対策も必要となります。このコロナ感染防止下における熱中症の予防行動を把握し、実践していきましょう！

【行動ポイント】

①暑さを避ける

- ・換気扇や窓開放によって換気を確保する
- ・涼しい服装を心掛ける



②適宜マスクを外す

- ・気温、湿度の高い中でのマスク着用は注意する
- ・マスクを着用している時は、負荷の掛かる作業を避ける



③こまめに水分補給

- ・のどが渇く前に水分補給をする
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに補給する



コロナウイルスについては気を緩めることなく、自分自身の感染防止はもちろん、人に感染させてしまう可能性があるという自覚を持ち、【手洗い】【うがい】【3密を避ける行動】を徹底して下さい

～安全意識を高めましょう！～

あわてず **あ**せらず **あ**んぜん確認 ～いつでもどこでも3つの**あ**～

転びそうになったり、人やモノにぶつかりそうになったりと、作業現場では色々な危険が潜んでいます。多くは【確認不足】や【不注意】などから発生しています。慣れた時こそ上記スローガンを意識し、安全に作業を行うよう取り組んでいきましょう！