

———— 2008/6/5 ————

「産業保健おいた」メルマガ版(HTML) 第 42 号

発行：大分産業保健推進センター 所長 三角 順一

<http://www.oita-sanpo.jp/>

I N D E X

- 所長からのメッセージ  
「熱中症の予防は体温・血圧と水分の管理が大事です」
- TOPICS
  1. 熱中症の予防について
  2. 石綿等の全面禁止に係る適用除外製品等の代替化等検討会報告書について
- 今月の Key Word  
【熱中症】
- 労働衛生事例
  - ・その他の化学物質による中毒等(フッ化スルフリル)
  - ・酸素欠乏症等
- 研修・セミナーのご案内(6月・7月)
- 新着情報
  - ・新着ビデオ・DVDのご案内
  - ・新着リーフレットのご案内

---

●● 所長からのメッセージ ●●

熱中症の予防は体温・血圧と水分の管理が大事です

大分産業保健推進センター 所長 三角 順一

6月になり、熱中症の季節がやって参りました。

つい先日まで、肌寒く感じることもありましたが、6月に入ると、急に日中は、直射日光の下では、30度を超える日も徐々に多くなって参ります。気温が、30度を超えると熱中症等の発生が増加することが知られております。

**熱中症は、どうして起こるのでしょうか？**

熱中症発症の本態は、**第一に、体温調節**の不調にその原因があります。

体温調節に直接影響を与える発汗の管理が、大事となります。

汗を気持ち良く欠くことが、極めて大事となります。汗をかくためには、十分な水分補給が欠かせません。

ただし、湿度が高いと汗をかいても、汗は、蒸発せず、気化熱による体温調節がうまくいかないので、体温は下がりません。逆に、鬱熱状態をもたらします。

**第二には、末梢血管の拡張による熱の放出と血圧の低下**

私たちの体は、気温が上がると体温を下げるために体表面の血管を拡張し熱を放出しようとし、**血管が拡張しすぎると血圧の低下を来し、脳血管の虚血状態を引き起こします。**

**第三には、激しい発汗により、汗からナトリウムや水溶性ビタミンであるビタミンB1、B2、ビタミンCなどが失われます。**これは、**体力消耗や脚気の原因**となります。体が、極端にだるくなり、足がむくむな

どの症状がある時には、無理をしないことが大事です。汗が出るからと言って、**冷たいものを飲み過ぎますと、食欲の低下を引き起こし、益々、ビタミン欠乏を助長することになります。**

**第四には**、夏場は、体内からの水分消失量が、想像以上に多くなります。尿からの排泄(約 1.5L)と呼吸からの呼出(約 1L)、汗の蒸発と合わせると、一般の人でも、一日の水分排出量は、3L 以上となります。汗を激しくかく職場では、発汗量だけでも、2~3L、多い時には、4~5L にもなることも珍しくありません。水分補給には、くれぐれも気を付けて下さい。

体内の水分の喪失による**脱水症は、血液の濃縮を来し脳梗塞や虚血性心疾患、特に心筋梗塞などのリスクを高めることに留意しなければなりません。**また、食欲不振が、3・4 日続くと、ビタミンB1欠乏による**右心不全**が容易に起こります。無理をすると、**肺水腫となり死亡する危険**があります。

従って、暑いところでの労働に際しては、帽子を被ることおよび水分とビタミン補給、更に、適宜休憩をとることなどの予防的対策を怠らないことが、大事です。ビタミンB1、ビタミンC及びナトリウムの補給には、スポーツ飲料などの摂取も手軽な対策の一つでしょう。

熱中症の症状としては、**顔面の紅潮、足の痙攣、喉の渇き、頭がぼーっとする、めまい、集中力低下**などが、初期症状です。

このような症状を自覚した時には、直ちに、涼しい所に行き、水分の補給をしなければなりません。熱中症の予防の基本は、十分な睡眠とバランスの良い食事に加えて、働きやすい職場環境の整備です。日常のエアコンの温度は、**摂氏 27~28 度**に設定し、夜更かし、過労の防止、及びお酒の飲み過ぎなどにも注意し、早めの対策に心がけましょう。

---

## ●● TOPICS ●●

### 1. 熱中症の予防について

～ 熱中症による死亡災害発生状況(平成 19 年分) ～

職場における熱中症による死亡災害は、気温が高い 7 月から 8 月にかけて多く発生していますが、5、6 月や 9 月にも発生する災害です。

直射日光により高温環境となる屋外作業場所等では、熱中症を予防するため以下の事項を守ってください。…以下略…

<http://www.mhlw.go.jp/topics/2008/05/tp0514-1.html> (厚生労働省)

### 2. 石綿等の全面禁止に係る適用除外製品等の代替化等検討会報告書について

石綿含有製品については、平成18年9月1日より、国民の安全上の観点等から代替化が困難な一部の製品(以下「適用除外製品等」という。)を除き、その製造等が全面的に禁止されたところですが、適用除外製品等についても、引き続き非石綿製品への代替化の促進を図ってきたところです。

適用除外製品等については、早期の非石綿製品への代替化が強く求められることから、厚生労働省は、平成19年11月26日より、「石綿等の全面禁止に係る適用除外製品等の代替化等検討会」(座長:森崎繁社団法人産業安全技術協会技術顧問)を7回にわたり開催し、適用除外製品等の代替可能性等について検討を行ってきました。今般、本検討会の報告書が取りまとめられましたので、別添1(PDF:313KB)のとおり公表します。

本報告書では

- (1)適用除外製品等の製造等を原則として平成 20 年中に禁止する。
- (2)ただし、本検討会の検討の結果、国民の安全の確保上なお適用除外製品等の使用が必要であり、かつ、代替化等が困難であると判断されたものについては、当該適用除外製品等、その用途・使

用条件及び代替可能となる期日について明らかにした上で、引き続き製造等の禁止の措置を猶予する。

とされています。

厚生労働省においては、本報告書を踏まえ、既にアクションプログラムの手続を開始したところですが、今後、同アクションプログラム及びWTO通報等の手続を経て、労働安全衛生法施行令の改正を行い、平成20年度中に施行することとしています。また、本日付けで関係事業主団体等に対し、別添2(PDF:90KB) のとおり、代替化が可能とされた適用除外製品等の製造・使用等を法令の整備を待つまでもなく、可能な限り速やかに代替化すること等を要請しました。

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2008/04/h0408-1.html> (厚生労働省)

---

## ●● 今月の Key Word 【熱中症】 ●●

熱中症(ねっちゅうしょう、Hyperthermia)は、外気においての高温多湿等が原因となって起こる症状の総称。高温障害。

### 熱中症の種類

病態の違いから以下の4つに大きく分類される。

熱失神(heat syncope)

熱疲労(heat exhaustion)

熱痙攣(heat cramps)

熱射病(heat stroke) → 太陽光が原因の場合には一般に日射病(sun stroke)とも言う

	【熱失神】	【熱疲労】	【熱痙攣】	【熱射病】
[意識]	消失	正常	正常	高度な障害
[体温]	正常	～39℃	正常	40℃以上
[皮膚]	正常	冷たい	正常	高温
[発汗]	(+)	(+)	(+)	(-)

・「熱中症」

最終更新 2008年5月21日(水)01:31

出典: フリー百科事典『ウィキペディア(Wikipedia)』より1部引用

<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E7%86%B1%E4%B8%AD%E7%97%87>

---

## ●● 労働衛生事例 ●●

労働衛生事例(2例—平成18年—)

例1: その他の化学物質による中毒等

【有害要因】

フッ化スルフリル

【業種】

清掃・と畜業

【発生月】

6月

【被災者数】

死亡 1 名

【発生状況】

博物館の地下収蔵庫内の害虫駆除作業後の換気作業(排気ファンに排気ダクトをつなぎ、屋外に換気する。)に、呼吸用保護具を着用せずに従事していた労働者が倒れ、搬送先の病院で肺水腫で死亡した。

【発生原因等】

- ・排気ダクトの接続不良
- ・呼吸用保護具不使用

---

例 2: 酸素欠乏症等

【有害要因】

酸素欠乏症

【業種】

製造業

【発生月】

6 月

【被災者数】

死亡 1 名

【発生状況】

電気溶解炉が自動停止し、炉内原材料の酸化防止のため、ピット内にアルゴンガスを充填の上、自然冷却させていた。午前 0 時から勤務開始の交代勤務者である被災者は、炉内温度が低下しないため待機していたのであるが、午前 7 時 30 分頃、ピット内の底に倒れているところを発見され、酸素欠乏症により死亡した。

【発生原因等】

- ・測定未実施
- ・換気字実施
- ・作業主任者未選任
- ・立入禁止措置不十分
- ・監視人配備なし

---

●● 研修・セミナーのご案内(6月・7月) ●●

※赤い字で表記されました日時・会場は、変更になっています。ご注意ください。

■産業医研修

▼6月13日(金)

時間: 18:30~20:30

会場: 大分県消費生活・男女共同参画プラザ「アイネス」2階 大会議室

<http://www.pref.oita.jp/13040/> (アイネス)

「特定健診と特定保健指導」 谷口 邦子(基幹相談員)

★単位数 基礎研修:前期 2 生涯研修:更新 2

▼6月25日(水)

時間: 18:30～20:30

会場: 大分県消費生活・男女共同参画プラザ「アイネス」2階 大会議室

<http://www.pref.oita.jp/13040/> (アイネス)

「高脂血症の管理」 木下 昭生(基幹相談員)

★単位数 基礎研修:後期 2 生涯研修:専門 2

▼7月10日(木)

時間: 18:30～20:30

会場: 大分県中部地域産業保健センター (別府市医師会)

「睡眠と健康」 影山 隆之(特別相談員)

★単位数 基礎研修:後期 2 生涯研修:専門 2

▼7月30日(水)

時間: 18:30～20:30

会場: 大分産業保健推進センター 会議室

「職場のメンタルヘルス」～予防と対策～ 南 裕二(特別相談員)

★単位数 基礎研修:後期 2 生涯研修:専門 2

産業医研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H20\\_training/H20\\_doctor.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H20_training/H20_doctor.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

=====  
■衛生管理者・安全衛生担当者・事業主・看護職等研修

時間: 14:00～16:00

会場: 大分産業保健推進センター 会議室  
=====

▼6月4日(水)

「リスクアセスメントの進め方と演習」～リスクアセスメントの必要性、基本的手順、演習～

田吹 好美(基幹相談員)

▼6月9日(月)

「なぜ、今、メタボリックシンドローム対策が急がれるのか」 青木 一雄

▼6月17日(火)

「自殺発生後の対応の実際」(第3次予防・ポストベンション) 渡嘉敷 新典(基幹相談員)

▼6月20日(金)

「メンタルヘルス」～メンタルヘルス対策としてのパワハラ・セクハラ問題にどう対処するか～

三角 順一(大分産業保健推進センター 所長)

▼6月30日(月)

「有機溶剤使用職場のリスクアセスメント」(某企業診断の具体的実施例) 古庄 義彦(特別相談員)

▼7月3日(木)

「自殺対策」 寺尾 岳(特別相談員)

▼7月15日(火)

「惨事ストレスへの対応の実際」～PTSD 予防・心のケア～ 渡嘉敷 新典(基幹相談員)

衛生管理者・安全衛生担当者・事業主・看護職等研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H20\\_training/H20\\_eisei.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H20_training/H20_eisei.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

=====  
**■ カウンセリング研修**

時間: 18:30~20:30  
=====

**▼ 6月10日(火)**

会場: コンパルホール 4階 アートルーム

<http://www2.city.oita.oita.jp/webtop/shisetu/conpal.html> (コンパルホール)

「積極的傾聴のグループワーク」 渡嘉敷 新典(基幹相談員)・佐用 槇子(特別相談員)

**▽ 7月8日(火)**

会場: 大分産業保健推進センター 会議室

「事例検討」 渡嘉敷 新典(基幹相談員)

カウンセリング研修のページ

[http://www.oita-sanpo.jp/H20\\_training/H20\\_cau.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H20_training/H20_cau.htm)

受講お申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/kenshu.cgi>

**平成20年度 産業保健研修会トップページ**

[http://www.oita-sanpo.jp/H20\\_training/H20top.htm](http://www.oita-sanpo.jp/H20_training/H20top.htm)

---

**●● 新着情報 ●●**

**新着ビデオ・DVDのご案内**

● 資料番号: 61-0-17

ヒヤリハットから学ぶ新人作業員のための危険予知 (DVD) 17分

● 資料番号: 63-0-7

生き生きミーティング ～安全健康づくりのキメ手～ (DVD) 18分

● 資料番号: 64-18-2

潜水作業の安全対策 16分

● 資料番号: 75-11

しない、させないパワーハラスメント (DVD) 25分

● 資料番号: 75-12

管理職のためのパワーハラを起こさない職場づくり (DVD) 25分

● 資料番号: 75-13

気づこう! 職場のセクシュアルハラスメント～これってセクハラ?なぜそれがセクハラ?～ (DVD) 20分

● 資料番号: 75-14

管理職がセクハラ加害者にならないために ～「自分に限って…」が危ない！～ (DVD) 20分

●資料番号:75-15

セクハラ対策と管理職の役割 ～部下の相談を受けるとき～ (DVD) 21分

貸し出しのお申し込みはこちらからどうぞ

<http://www.oita-sanpo.jp/mail/index.cgi>

[図書・ビデオ・機器貸出し トップページ](#)

<http://www.oita-sanpo.jp/kasidasi/2008kasidasi.htm>

### 新着リーフレットのご案内

●平成20年度労働者の健康の保持増進対策事業メンタルヘルス対策支援事業のご案内  
(厚生労働省・中央労働災害防止協会)

現在、企業におけるメンタルヘルス対策の重要性が認識されつつありますが、実際どのように取り組めばよいのかわからない、また効果的な方策やツールを模索している事業場も多いのではないのでしょうか。中央労働災害防止協会(中災防)では、厚生労働省の委託により、メンタルヘルス対策に取り組もうとする事業場に対し、中災防が選任したメンタルヘルス推進支援専門家を派遣し、その進め方のアドバイスなどを行う、メンタルヘルス対策事業を行っております。この機会にぜひご活用ください。

●平成20年度労働者の健康の保持増進対策事業 THP デモンストレーション事業のご案内  
(厚生労働省・中央労働災害防止協会)

メタボリックシンドローム対策にメンタルヘルスケア、現代の働く人々をとりまく、さまざまな健康の課題に職場としてどう対処すればいいのか…。

中央労働災害防止協会(中災防)では、労働者健康増進サービス機関・指導機関(THP サービス機関等)の健康づくりの専門家を派遣し、一般健康診断の結果を活用した健康指導(個別・集団型)や健康測定(運動機能検査)を行っています。あなたの職場の実情に合った健康指導を実施し、働く人自身の健康づくりのきっかけとなるよう、ぜひ、この事業をご利用ください。

以上のリーフレットは、センターにて配布しています。



※メールアドレスの変更、配信停止、ご意見・ご感想は、[info@oita-sanpo.jp](mailto:info@oita-sanpo.jp) までお願いします。

皆様のご意見をお待ちいたしております。

今月も最後までお読みいただきまして、ありがとうございました。



Oita Occupational Health Promotion Center

独立行政法人 労働者健康福祉機構

大分産業保健推進センター

〒870-0046 大分県大分市荷揚町 3-1 第百・みらい信金ビル 7F

TEL:097-573-8070 FAX:097-573-8074

<http://www.oita-sanpo.jp> / E-mail: [info@oita-sanpo.jp](mailto:info@oita-sanpo.jp)

