

# 緊急地震速報について

参考:「緊急地震速報～まわりの人に声をかけながら あわてず、まず身の安全を!!～」(国土交通省気象庁) (<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/eew/index.html>)を加工して作成。

## 緊急地震速報 利用の心得

緊急地震速報  
を見聞きしたら...  
地震の揺れを感じたら...

周囲の状況に応じて

**あわてず、まず身の安全を確保することが大切!**

### 家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外に飛び出さない ●無理に火を消そうとしない



家の中にも  
様々な危険が  
あるので  
注意が必要です!



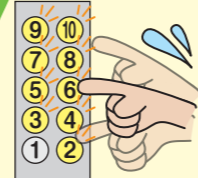
### 鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる



### エレベーターでは

- 最寄りの階に停止させ、すぐに降りる



### 屋外(街)では

- ブロック塀の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



### 自動車運転中は

- 急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながす



## 緊急地震速報の「警報」と「予報」

入手手段

基準内容

特徴

### 【警報】

テレビ・ラジオ  
携帯電話(緊急速報メール)・防災行政無線など

震度5弱以上を予想(震度4以上の地域に発表)

震源地、強い揺れが予想される地域など

原則、1つの地震に対して1回発表  
比較的規模の大きい地震では複数回発表

人が強い揺れから身を守るために活用

### 【予報】

専用受信端末・スマホ(アプリ)など  
※民間事業者が提供

震度3以上を予想。マグニチュード3.5以上と推定

震源地、地震の規模、予想震度、  
強い揺れの到達予想時刻など

予想内容が変化する度に、複数回発表  
知りたい場所の震度や猶予時間がわかる

主に列車や機器の制御などに活用



うなぎ料理には、蒲焼きなど火や熱を通したものが多くありますが、刺身など生食を見かけないのには理由があります。うなぎの血には「イクチオヘモトキシン」という毒が含まれており、目や口や傷口に入ると炎症や吐き気・呼吸困難などを引き起こす危険があります。タンパク質のこの毒は60℃で5分間加熱すると完全に毒性を失うので、蒲焼きなどで食されているのです。



## レンタルのニッケン

ホームページでも最新情報をお届けしています。是非ご覧ください。

レンタルのニッケン 検索

### 安全ニュースのご活用についてお願い

- 安全ニュースの制作・配布に取組んでおります。下記、ご理解いただき、ご活用いただけますようお願い致します。
- 安全ニュースの一部または全部において、個人・法人を問わず、弊社および引用先(各種団体など)の許諾を得ずに、いかなる方法においても、営利目的にて、無断で販売・複写・複製・貸貸・加工・加筆および、公衆送信(インターネットやそれに類した送信)などを利用して提供することを禁じております。
- 弊社は、本紙の内容において如何なる保証も行いません。
- 本紙内容にて発生した障害および事故についても、弊社は一切責任を負いません。



安全ニュースで取り上げて欲しい題材やご意見ご要望などがございましたらeメールをご活用ください

e-mail: [nikken@rental.co.jp](mailto:nikken@rental.co.jp)

# レンタルのニッケン -Safety News- 安全ニュース

2022年  
7月号  
NO.  
247

株式会社レンタルのニッケン  
編集・発行  
安全技術部/営業企画部  
お問い合わせ  
TEL.03-5512-7411  
発行日  
2022年7月1日



### 特集 熱中症 予防・対策

- 熱中症における救急搬送状況
- 熱中症災害事例と対策
- 熱中症警戒アラート
- 緊急地震速報について

2022年  
8月号の予告

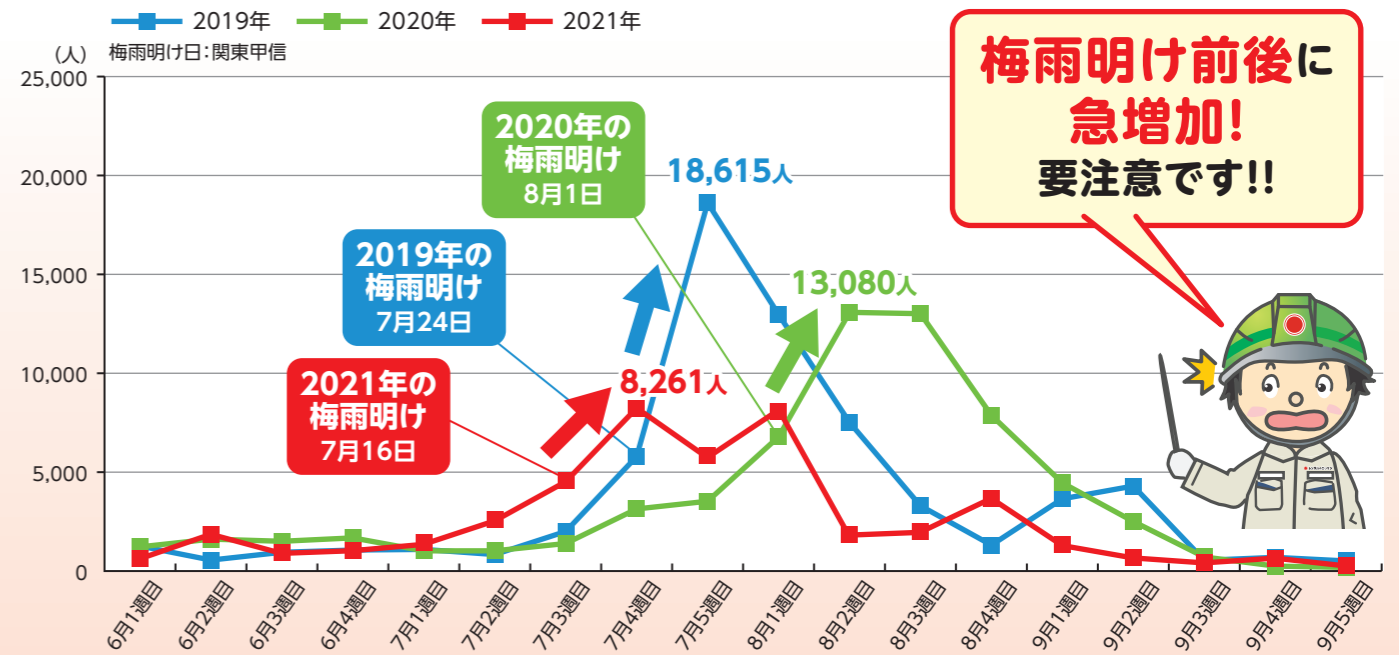
電気使用  
安全月間

# 7月は熱中症に要注意!



参考:「令和3年(5月から9月)の熱中症による救急搬送状況」(総務省) ([https://www.soumu.go.jp/menu\\_news/s-news/01shoubou01\\_02000488.html](https://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01shoubou01_02000488.html))を加工して作成

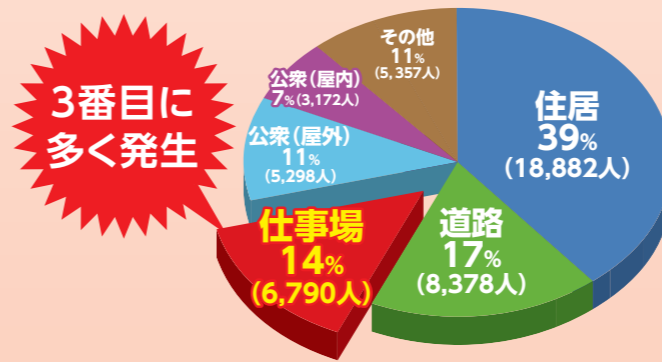
## 熱中症における週ごとの救急搬送状況



梅雨明け前後に急増加! 要注意です!!

★厚生労働省等が主唱する「STOP!熱中症クールワークキャンペーン」でも7月が重点取組期間です★

## 発生場所別救急搬送状況(2021年)



仕事中の熱中症は、「労災」となる可能性があります。



中面では、熱中症警戒アラートや、熱中症の事例・対策を紹介しています。正しい知識を身につけ、準備・対策をしましょう。

※割合(%)の合計は端数処理上100%にならない場合があります。

★ ホームページにも掲載しております!是非ご覧ください。★

# 熱中症警戒アラート

参考:「梅雨明けの時期から盛夏期にかけての熱中症予防対策」(環境省・気象庁) (https://www.jma.go.jp/jma/press/2106/25b/shiryu.pdf)を加工して作成  
 熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の、前日夕方または当日早朝に都道府県ごと\*に発表されます。発表されている日には、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。\*北海道、鹿児島、沖縄は府県予報区単位

## 発表時の予防行動

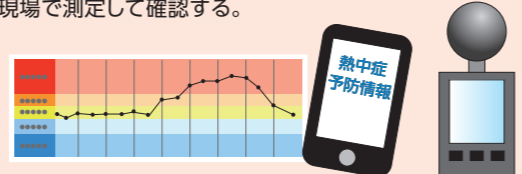
### 普段以上に「熱中症予防行動」を実践

- のどが渇く前にこまめに水分補給。(1日あたり1.2Lが目安)
- 涼しい服装。
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は適宜マスクをはずす。



### 暑さ指数(WBGT)を確認

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)を行動の目安に。
- 指数は時間帯や場所によって大きく異なるため、情報サイトや各現場で測定して確認する。



### 外出はできるだけ控え、暑さを避ける

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要。
- 昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整する。



### 熱中症のリスクが高い方に声かけをする

- 夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう声かけをする。  
高齢者、子ども、持病のある方 など



### 外での運動は、原則、中止/延期をする

- 暑さ指数(WBGT)に応じて屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をする。



発表時以外でも 熱中症予防情報サイトで

### 暑さ指数(WBGT)をチェック

様々な生活の場の暑さ指数 暑さ指数の実況値  
 暑さ指数の予測値・実況値グラフ 暑さ指数の予測値(明後日まで)

環境省 熱中症 検索

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



参考:「熱中症予防情報サイト」(環境省) (https://www.wbgt.env.go.jp/)を加工して作成

## 暑さ指数(WBGT)とは

暑さ指数(WBGT:湿球黒球温度)とは、人間の熱バランスに影響の大きい①気温、②湿度、③輻射熱(ふくしゃねつ)の、3つを取り入れた温度の指標です。

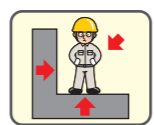
暑さ指数(WBGT) =



1 : 気温の効果



7 : 湿度の効果



2 : 輻射熱の効果

\*正確には、これら3つに加え、風(気流)も指標に影響します。

### 湿度が重要な指数

- 湿度が高い場所では汗が蒸発しにくく、身体から空気へ熱を放出する能力が減少。  
高湿度は熱中症になりやすくなる!!



## WBGT(暑さ指数)の活用 ~運動に関する指針~

気温(参考)	暑さ指数(WBGT)	熱中症予防運動指針	
<b>WBGT(暑さ指数) 33以上 熱中症警戒アラート発表</b>			
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
31~35℃	28~31	厳重警戒 激しい運動は中止	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や体温が上昇しやすい運動は避ける。10分~20分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さに慣れていない人などは運動を軽減または中止。
28~31℃	25~28	警戒 積極的に休憩	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24~28℃	21~25	注意 積極的に水分補給	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 適宜水分補給	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要。

# 熱中症災害事例と対策

参考:職場のあんぜんサイト「労働災害事例」(厚生労働省) (https://anzeninfo.mhlw.go.jp/anzen\_pg/SAL\_FND.aspx)を加工して作成

## 厨房室内装工事中の熱中症



**原因** ① 粉じんを抑えるために、適宜散水を行うとともに、防じんマスクを着用していたが換気設備は設けておらず、室内の空気が滞留しやすい環境にあった。

- 対策**
- ◆ 作業場が高温又は多湿になる場合には、強制換気装置の活用等により換気を行う。
  - ◆ 猛暑の日にはできるだけ日中の作業を減らすなど作業計画を工夫する。

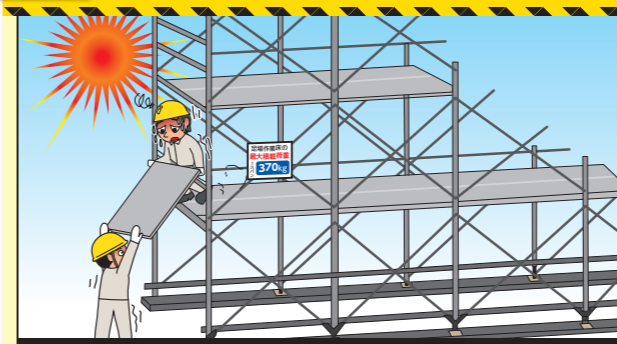
## 道路改修工事中の熱中症



**原因** ① 道路舗装面からの照り返しもあり、相当の高温になっていた。② トラックへの積み込み、運転と連続して作業を行った。トラックには冷房装置がなく常に高温下での作業となった。

- 対策**
- ◆ 午前と午後の休憩はもちろん、さらに適当な間隔で休憩をとる。
  - ◆ 作業の開始前、作業中等にコミュニケーションを通じて作業者の健康状況を確認する。

## 足場の組立て作業中の熱中症



**原因** ① 保護帽のみの着用で、直射日光を遮るような対策がなかった。② 炎天下において、筋力を必要とする10kg~20kgの部材の運搬作業を連続して行った。

- 対策**
- ◆ 屋外作業においては、可能な限り直射日光を遮ることのできる措置を行う。
  - ◆ 気温条件、作業内容等を考慮して、休止時間や休憩時間の確保に努める。

## 部材搬出等作業中の熱中症



**原因** ① 大量の発汗による塩分の喪失に対して、補給しなかった。② 現場の安全管理担当者が塩分および水分を補給ができるよう準備をするなどの夏期の熱中症対策を怠った。

- 対策**
- ◆ 水分、塩分補給のためにスポーツドリンク、身体を適度に冷やすことのできる氷水、などを備え付ける。
  - ◆ 高温となることが予測される日は、あらかじめ関係者に周知させ、事前に熱中症の予防、措置を講ずる。

\*上記の各対策は一例となります。

## 作業現場で行う対策例

- 巡視を行い声をかける。(健康状態の把握)
- 作業中に容易に水分および塩分を補給できるようにする。
- 適切な休憩時間を設け、作業者の疲労回復を図る。
- サイネージなどを活用して注意喚起を行う。

- 服装は透湿性・通気性のよい生地とする。
- 熱中症に関する労働衛生教育を行う。
- 作業中止も考慮する。